

Рекомендации для пациентов с искусственным тазобедренным суставом

- В будущем следует избегать любых гнойных инфекций. В случае проявления инфекции незамедлительно обратитесь к своему ортопеду, который пропишет вам антибиотические препараты. Это также касается плановых хирургических операций по лечению зубочелюстного аппарата.
- Вы получили **паспорт эндопротеза**, который нужно всегда иметь при себе. Это может быть важно при проведении последующих операций или прохождении предполетного контроля. Вы также можете включить данные о медицинских имплантатах/протезах в свой заграничный паспорт.

Помощь в повседневной жизни

После выписки подвижность в тазобедренном суставе по-прежнему может быть ограничена, что затрудняет выполнение некоторых действий в повседневной жизни.

В этом вам могут помочь специальные вспомогательные средства:

- насадка, увеличивающая высоту сиденья унитаза, поручни на стенах, защита от скольжения в ванне и душе, скамейка для ванной, длинная щетка для спины;
- приспособления для надевания и снятия носков и чулков, в частности лечебных;
- ложка для обуви с длинной ручкой, эластичные шнуры;

Рекомендации для пациентов с искусственным тазобедренным суставом

- щипцы для поднятия упавших предметов с пола. Обратитесь по данному вопросу к эрго-/физиотерапевту, который снабдит Вас необходимыми рекомендациями и научит обращаться со вспомогательными средствами. Ваш ортопед согласует с Вами график регулярных обследований, необходимых для проверки сустава, документирования хода процесса выздоровления и предоставления Вам информации о правилах обращения с суставом на тот или иной момент.

В случае повышения температуры, появления усиливающейся боли, затрудненного дыхания, неприятных ощущений (чувство холода или онемения, побеление или посинение стопы или ноги), развития паралича, появления отеков или выделений, а также покраснений в области раны, незамедлительно обратитесь к своему ортопеду или в наше амбулаторное отделение. Мы надеемся, что данная информация содержит ответы на все интересующие Вас вопросы, и желаем Вам скорейшего выздоровления!

Ваша лечащая команда

Выходные данные:

Владелец издания: NÖ Landesgesundheitsagentur
Редакция 05/2015
Hüft TEP

www.lknoe.at

Информация на выписку



Рекомендации для пациенток с искусственным тазобедренным суставом

**LANDES
GESUNDHEITS
AGENTUR**

Gesund und gepflegt. Ein Leben lang.

Уважаемая пациентка!

Уважаемый пациент!

Помимо консультации при выписке и врачебного заключения, по завершении Вашего пребывания в нашем отделении мы хотели бы предоставить Вам некоторую дополнительную информацию.

Вы перенесли операцию по замене больного/поврежденного тазобедренного сустава искусственным. Для обеспечения долгосрочного успеха, пожалуйста, соблюдайте приведенные ниже правила.

Особенно в **первые 6 недель** после операции:

- не выворачивайте ногу наружу через силу
- не кладите ногу на ногу, когда сидите или лежите
- не сгибайте сустав более чем на 90 градусов (прямой угол), т. е. не садитесь на мягкие, низкие сиденья, – в том числе туалетные сиденья обычной высоты – старайтесь не наклоняться и не садиться на корточки
- обращайте внимание на объекты, о которые можно споткнуться (например, ковры, домашние животные);

- в последующие три месяца не поднимайте и не носите тяжести (свыше 5 кг). Если вам нужно что-нибудь перенести, несите груз с прооперированной стороны.
- Чтобы не нагружать прооперированную ногу, Вы научились ходить на 2 костылях с упором на предплечье. При выписке Ваш ортопед снабдит вас предписаниями относительно рекомендуемого периода использования костылей и степени нагрузки.
- Регулярно занимайтесь лечебной физкультурой для укрепления мышц бедер. Избегайте экстремальных и прерывистых движений.
- В соответствии с предписаниями Вашего ортопеда после операции или во время пребывания в стационаре носите компрессионные чулки (класс II).
- Пожалуйста, уделите особое внимание предписанным мерам по профилактике тромбоза (разжижение крови).
- Если Вы подали заявку на помещение в реабилитационный центр, информацию относительно сроков поступления Вы получите в своей больничной кассе.

Важная общая информация

- Следите за **весом** и поддерживайте физическую активность.
- Ежедневно совершайте **пешие прогулки**, постепенно увеличивая их длительность, при этом выбирайте подходящую обувь (надежная фиксация и нескользящая подошва). В неровной местности рекомендуется использовать трость.
- Ваш искусственный сустав позволяет вернуться к **занятиям спортом**. Начинайте направленные на наращивание мускулатуры тренировки в знакомых Вам видах спорта после того, как получите разрешение своего ортопеда. В целом Вы старайтесь не превышать болевой порог.
- Прежде чем снова **водить автомобиль**, Вы должны научиться ходить без костылей. Усаживаясь в автомобиль в качестве пассажира, сначала медленно опуститесь на сиденье, а затем одновременно поднимите в автомобиль обе ноги. Если сиденье располагается низко, воспользуйтесь дополнительной подушкой.
- В течение 2 месяцев после операции не посещайте сауну, солярий и избегайте прямого воздействия солнечных лучей, при этом в течение 6 месяцев наносите на рубец солнцезащитное средство с соответствующим фактором защиты (не менее 20).