

VOTRE PARCOURS DE SOINS

Prothèse de hanche

INTRODUCTION

Vous allez bientôt subir une intervention en vue de la pose d'une prothèse de hanche. Cette brochure a pour but de vous informer sur le déroulement des soins.

Il s'agit d'une brochure d'information à portée générale. Elle ne remplace donc en aucun cas les informations que vous recevrez de vos prestataires de soins et qui tiennent compte de votre situation spécifique.

Les informations générales concernant votre séjour au RZ Tienen, les coûts, le service de médiation, etc., sont disponibles sur notre site internet www.rztienen.be ou dans la brochure d'accueil que vous avez reçue lors de la consultation avec le médecin ou l'infirmière.

PROTHÈSE DE HANCHE

L'articulation de la hanche

L'articulation de la hanche est une articulation très mobile, également appelée articulation sphéroïde (articulation «en boule»). Elle se compose de deux éléments principaux: la tête du fémur (tête fémorale) et la cavité du bassin (cotyle). La tête et la cavité sont recouvertes de cartilage. Ce cartilage empêche le frottement entre les os lors des mouvements de la hanche. Autour de l'articulation se trouve une capsule articulaire qui stabilise la hanche. Les muscles participent également à la stabilisation de l'articulation de la hanche.

Arthrose de la hanche

Lorsque le cartilage s'amincit en raison de l'usure, on parle d'«arthrose». Les extrémités osseuses se rapprochent et une réaction inflammatoire se développe dans la hanche, provoquant douleur et gonflement. L'arthrose peut avoir différentes causes et se présenter à des degrés de gravité variables.

Le traitement dépend du degré de sévérité.

La prothèse de hanche

Lorsque les symptômes de l'arthrose ne sont plus gérables au moyen d'un traitement conservateur maximal — tel que l'adaptation des activités, la kinésithérapie, la perte de poids, les antalgiques ou les infiltrations intra-articulaires — l'orthopédiste peut, en concertation avec vous, décider de procéder à la mise en place d'une prothèse de hanche.

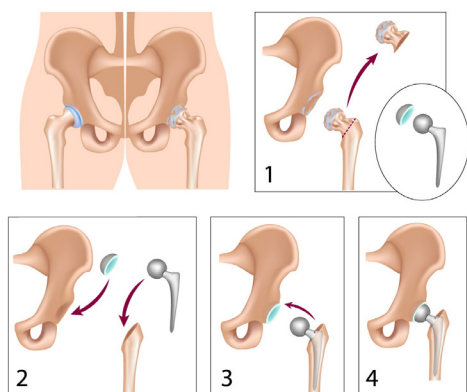
Une arthrite rhumatoïde, des fractures de la hanche et des anomalies congénitales de la hanche peuvent également rendre nécessaire la pose d'une prothèse de hanche.

L'objectif d'une prothèse de hanche est de restaurer une bonne fonctionnalité de la hanche, sans douleur. Les meilleurs résultats sont obtenus grâce à une bonne préparation physique préopératoire («préhab») et à une rééducation postopératoire adaptée. Votre implication active dans les exercices et la revalidation est donc essentielle.

Une prothèse de hanche se compose de deux parties:

- La tige avec la tête: la tête du fémur est sciée. Le chirurgien fixe ensuite une tige en titane dans le fémur pour ancrer la nouvelle tête, généralement en céramique.
- La cupule: Le chirurgien fixe une cupule en titane dans le bassin, dans laquelle vient se loger une cupule interne en polyéthylène ou en céramique.

Total Hip Replacement



PRÉPARATION AVANT L'OPÉRATION

Choisir un «buddy»

Lors de la planification de l'intervention, l'orthopédiste vous demandera de désigner un «buddy». Il s'agit d'une personne de votre entourage qui pourra vous accompagner lors de vos rendez-vous préparatoires. Le fait d'être deux permet de mieux tout retenir, surtout face à une grande quantité d'informations.

Préhab

Votre rééducation commence déjà avant l'opération par une phase de «préhab» avec votre kinésithérapeute habituel(le). Un à deux mois avant l'intervention, vous commencerez à faire des exercices adaptés, vous apprendrez à marcher avec des béquilles et vous discuterez du programme de rééducation postopératoire.

Conseil:

Planifiez à temps un rendez-vous de suivi chez votre kinésithérapeute afin de reprendre la rééducation dès le lendemain de votre sortie de l'hôpital.

Examens préopératoires

L'orthopédiste vous orientera vers la consultation infirmière préopératoire au Centre Médical de Tirlemont. L'infirmier(ère) fera notamment une prise de sang et un ECG et passera plusieurs formulaires en revue avec vous.

Si nécessaire, vous passerez aussi une radiographie ou un scanner au service de radiologie.

Formulaires «Hospitalisation pour chirurgie»

Les formulaires contenus dans le dossier d'information «Hospitalisation pour chirurgie» ainsi que les examens préopératoires permettent à l'anesthésiste de bien préparer votre opération. **Ces documents doivent parvenir au Centre Médical de Tirlemont au plus tard une semaine avant votre consultation chez l'anesthésiste.** Déposez-les dans la boîte aux lettres verte située à l'entrée (Kliniekstraat 45, 3300 Tienen).

Consultation avec l'anesthésiste

Environ un mois avant l'intervention, vous devrez vous rendre à la consultation chez l'anesthésiste. Il/elle discutera avec vous du type d'anesthésie ou de narcose et, si vous prenez des médicaments, il/elle vous indiquera lesquels vous pouvez continuer à prendre. Il examinera aussi avec vous les résultats de vos examens préopératoires.

Types d'anesthésie

- Anesthésie générale: En cas d'anesthésie ou narcose générale, l'anesthésiste vous endort complètement. Vous êtes donc inconscient(e) et insensible à la douleur durant l'opération.
- Anesthésie rachidienne (spinale): Lors d'une anesthésie rachidienne ou spinale, l'anesthésiste vous injecte un liquide anesthésique dans le bas du dos. Ce liquide arrive dans le liquide céphalorachidien, ce qui a pour effet d'anesthésier les nerfs du bas du corps. Dans ce type d'anesthésie, vous restez conscient(e), mais n'éprouvez aucune douleur dans le bas du corps. Vous ne verrez rien de l'opération, car un champ opératoire bloque la vue de la zone opérée. Une sédation légère ou une anesthésie générale complémentaire peut être proposée si vous le souhaitez.
- Bloc nerveux: L'anesthésiste pose un bloc nerveux local au niveau de la cuisse avant l'intervention pour soulager la douleur postopératoire. Son effet peut durer jusqu'à 24 heures.

Contact avec le service d'accompagnement des patients

Quand vous subissez une opération, il se peut que vous ayez besoin temporairement d'un peu plus d'aide à domicile. L'orthopédiste ou l'équipe infirmière qui vous prépare à l'opération vous mettront donc le cas échéant en contact avec le service d'accompagnement des patients.

Vous pouvez aussi contacter ce service directement au **016 80 90 38**.

Le service d'accompagnement des patients peut vous aider à:

- organiser une aide ménagère (nettoyage, repas, courses, etc.)
- mettre en place des soins infirmiers à domicile
- demander un séjour en maison de repos ou en centre de réhabilitation si nécessaire.

Consultation avec l'infirmier(ère) en orthopédie

Quelques jours avant l'intervention, vous aurez un rendez-vous avec l'infirmier(ère) en orthopédie. Ensemble, vous ferez le point pour vérifier si la préparation à l'opération s'est bien passée. Vous pourrez aussi lui faire part de vos questions ou inquiétudes.

Heure d'admission

La veille de l'hospitalisation, vous recevrez un appel téléphonique pour vous communiquer l'heure de votre admission et à partir de quelle heure vous devrez être à jeun.

Hygiène

Prenez une douche à domicile avant votre admission.

Attention! N'appliquez aucune crème ni lotion sur votre peau avant l'opération.

Que devez-vous amener avec vous à l'hôpital?

Documents administratifs

- Carte d'identité

Si disponibles

- Carte d'allergies
- Carte d'assurance hospitalisation
- Attestations pour l'assurance hospitalisation
- Attestations pour votre employeur

Vêtements (prévoir une nuit)

- Pyjama
- Vêtements confortables (short ample ou pantalon de jogging recommandés)
- Sous-vêtements
- Bonnes chaussures fermées

Nécessaire de toilette

- Essuies
- Gants de toilette
- Brosse à dents et dentifrice
- Savon

Accessoires

- Lunettes/appareil auditif
- Béquilles
- Chausse-pied (si nécessaire)



Vêtements

Pendant votre séjour, portez des vêtements confortables (de sport) permettant une bonne mobilité pour les exercices de rééducation.

Chaussures

Pour le bon déroulement de la rééducation, il est important que vous portiez de bonnes chaussures fermées. Comme vos pieds peuvent gonfler après l'opération, prévoyez des chaussures qui peuvent être desserrées facilement.

Évitez les pantoufles ouvertes de type mules ou tongs, qui augmentent le risque de chute.



Béquilles

Vous devez apporter avec vous deux béquilles identiques et réglables. Si vous n'en possédez pas, vous pouvez en emprunter auprès de votre mutualité ou en acheter à l'hôpital.

DÉROULEMENT DE L'INTERVENTION

Être à jeun

Le jour de votre admission, vous devez **être à jeun**. Vous ne pouvez plus rien manger durant les six heures qui précèdent l'opération. Jusqu'à deux heures avant l'intervention, vous pouvez encore boire au maximum 250 ml de boisson claire non gazeuse (eau, boisson sportive, **café ou thé sans lait**).

Attention! Si vous n'êtes pas à jeun parce que vous n'avez pas respecté ces consignes, l'intervention peut être reportée.

Médication habituelle

L'anesthésiste vous indiquera quels médicaments vous pouvez prendre le jour de l'opération, avec une à deux gorgées d'eau.

Admission à l'hôpital

Présentez-vous à l'accueil à l'heure convenue (Kliniekstraat 45, 3300 Tirlemont). On vous remettra un bracelet d'identification à porter en permanence au poignet pendant toute la durée de votre admission. Vérifiez si les informations qui y sont mentionnées sont correctes.

Une personne de l'accueil vous indiquera comment vous rendre dans l'unité de soins. L'infirmier(ère) vous pose encore quelques questions médicales, contrôle vos paramètres, rase la peau dans la zone à opérer et vous remet une chemise d'hôpital. Avant de partir pour le bloc opératoire, vous devez retirer vos bijoux, lentilles et prothèses amovibles (dents, etc.). Vous devez également retirer vos sous-vêtements. Si vous avez des fuites urinaires, vous pouvez demander à l'infirmier(ère) une culotte filet et une protection.

Vous pouvez aussi encore passer par les toilettes.

L'intervention

Préparation

On vous amène de l'unité de soins au bloc opératoire. L'infirmier(ère) du bloc opératoire vous pose un cathéter intraveineux dans le bras. L'anesthésiste vient ensuite faire votre connaissance et pose ensuite un bloc nerveux au niveau de la cuisse afin d'atténuer la douleur postopératoire.

L'intervention

On vous installe sur la table d'opération où vous recevez, comme convenu avec l'anesthésiste, soit une anesthésie générale, soit une anesthésie rachidienne. Les mesures d'asepsie sont ensuite mises en place. Il s'agit d'éviter les infections et d'opérer en milieu stérile. L'intervention peut alors commencer. La durée moyenne de l'intervention est de 45 minutes.

Salle de réveil

Après l'intervention, vous restez une à deux heures en salle de réveil.

Le personnel infirmier de la salle de réveil surveille vos paramètres. On vous demande régulièrement si vous avez mal.

Une fois que vous êtes bien réveillé(e), l'orthopédiste mobilise votre hanche et vous fait marcher autour du lit avec des chaussettes antidérapantes.

Vous pouvez ensuite regagner l'unité de soins.

APRÈS L'INTERVENTION

Le jour de l'intervention

- Une heure après votre retour en unité de soins, vous pouvez boire de l'eau. Si cela se passe bien, vous pouvez prendre ensuite un repas léger.
- Le/la kiné passe vous voir pour commencer votre rééducation dès l'hôpital.
- On vous remet vos documents de sortie.

Le lendemain de l'intervention

- Les infirmières de l'unité examinent votre plaie.
- Le/la kiné passe pour continuer votre revalidation.
- L'ergothérapeute passe pour vous donner des trucs et astuces pour reprendre le cours de vos activités quotidiennes (mouvements sûrs). L'ergothérapeute voit avec vous si vous avez besoin de certains accessoires pour pouvoir bien fonctionner chez vous.
- L'assistant(e) social(e) passe pour voir avec vous si vous avez toute l'aide nécessaire à domicile.
- L'orthopédiste passe pour évaluer avec vous si vous êtes prêt(e) à sortir de l'hôpital. N'hésitez pas à lui poser toutes vos questions. Conseil: écrivez vos questions sur un bout de papier afin de les avoir sous la main lorsqu'il passe vous voir.
- Vous pouvez sortir en principe en début d'après-midi. Pensez à régler votre transport.

Conseils lors de la sortie

- Vérifiez bien avant de partir que vous avez tous vos effets et documents.
- Demandez au poste infirmier si des médicaments ont été préparés à votre nom. Si tel est le cas, on vous les remettra.
- Comme vous ne pouvez pas conduire, veillez à ce que quelqu'un vienne vous chercher.
- Prévoyez que quelqu'un soit présent chez vous la première nuit.

Contrôle chez le médecin généraliste

Trois semaines après l'intervention, vous devez passer une visite de contrôle chez votre médecin généraliste qui vérifiera si la plaie a bien guéri.

Contrôle chez l'orthopédiste

Six semaines après l'intervention, vous devez passer une visite de contrôle chez

l'orthopédiste. Une lettre avec la date de ce rendez-vous vous sera remise à votre sortie de l'hôpital. Avant ce rendez-vous, vous devez faire une radiographie de la jambe opérée au service de radiologie. Pour cela, présentez-vous au service de radiologie une heure avant le rendez avec l'orthopédiste.

COMPLICATIONS POSSIBLES

Les complications graves après la mise en place d'une prothèse de hanche sont plutôt rares. L'opération engendre cependant parfois certains désagréments, mais ils sont prévisibles dans une certaine mesure.

Douleur

L'expérience de la douleur après l'opération varie d'une personne à l'autre. Comme votre douleur est impossible à mesurer par quelqu'un d'autre, il vous sera régulièrement demandé, pendant votre séjour à l'hôpital, d'attribuer un score à votre douleur. Un score de 0 signifie que vous n'avez pas de douleur, tandis que 10 correspond à la douleur la plus intense que vous puissiez imaginer.

Des antalgiques vous sont administrés par perfusion après l'intervention. Dès que la perfusion est retirée, vous recevez les médicaments sous forme de comprimés.

Au moment de rentrer chez vous, l'orthopédiste vous remettra des prescriptions pour des antalgiques. Vous devez aller chercher ces médicaments vous-même à la pharmacie. Si cela vous pose un problème pratique, parlez-en à l'orthopédiste ou au personnel infirmier.

Une fois de retour chez vous, il est préférable de prendre les antalgiques à heures fixes afin de «devancer» la douleur. Il est également important d'appliquer assez de glace sur votre hanche (jamais en contact direct avec la peau, mais enveloppée dans un essuie) et de vous reposer suffisamment avec la jambe surélevée. Ensuite, vous pourrez diminuer vous-même progressivement les antalgiques en fonction de votre douleur.

Conseil: lorsque vous commencez votre rééducation chez le/la kinésithérapeute, il est possible que votre hanche soit plus douloureuse ou plus sensible. Si nécessaire, prenez un antalgique une demi-heure avant votre séance de rééducation.

Sécrétions et saignement secondaire de la plaie

En principe, un film transparent (pansement film) reste en place sur la plaie pendant trois à quatre semaines. Si des sécrétions s'écoulent de la plaie, un

pansement stérile doit être appliqué par une infirmière à domicile ou par le médecin généraliste. Ce pansement stérile est à retirer en pharmacie.

Une prescription à cet effet est prévue au moment de votre sortie.

Thrombose veineuse profonde (caillots sanguins dans les veines)

Afin de prévenir une thrombose, vous recevrez, durant votre séjour à l'hôpital, des injections dans l'abdomen. À domicile, vous devrez prendre des médicaments prescrits (comprimés) pendant six semaines.

Gonflement du membre opéré

Il est normal que la jambe opérée gonfle un peu; ce gonflement disparaît après quelques semaines. Parfois, un hématome peut apparaître. Il s'agit d'un saignement sous-cutané pouvant entraîner une coloration de certaines zones de la jambe (comme un «bleu» après une chute). Cela peut être traité en appliquant de la glace et en surélevant la jambe gonflée. L'hématome finit par se résorber spontanément après quelques semaines. Une bonne rééducation contribue à la diminution du gonflement.

Fièvre

Les premiers jours après l'intervention, une légère augmentation de la température corporelle peut survenir. En cas de forte fièvre, votre traitement médicamenteux sera adapté. Si, une fois rentré(e) chez vous, vous faites une forte fièvre accompagnée d'une plaie rouge et douloureuse, il faut alors contacter votre médecin généraliste.

POINTS D'ATTENTION PRATIQUES

Conduite automobile

Tant que vous marchez avec des béquilles, vous ne pouvez pas conduire.

Vélo

Pour reprendre le vélo, il est recommandé d'en parler d'abord avec votre kinésithérapeute.

Natation et hygiène personnelle

Évitez les bains et la natation pendant les deux premières semaines. Une douche courte est autorisée. La natation peut être reprise dès que la plaie est bien cicatrisée.

Sexualité

Les rapports sexuels sont possibles dès que la plaie est bien cicatrisée et que vous vous sentez prêt(e).

Durée d'incapacité de travail

Les certificats d'incapacité de travail sont joints aux documents de sortie. Cette incapacité peut être prolongée par l'orthopédiste lors de la consultation de

contrôle six semaines après l'intervention.

RÉÉDUCATION

Kinésithérapie

Avant comme après l'intervention, une bonne mobilité de la hanche est importante. Pendant votre séjour à l'hôpital, le kinésithérapeute passe chaque jour pour vous apprendre à marcher de manière sécurisée et à monter et descendre les escaliers, et pour vous apprendre certains exercices. Une fois de retour chez vous, vous poursuivez la rééducation planifiée avec votre kinésithérapeute habituel(le).

Nous espérons que cette brochure vous a aidé à mieux comprendre le déroulement de l'intervention et les soins postopératoires après la pose de votre prothèse de hanche. Nous vous souhaitons un agréable séjour au RZ Tienen, un bon retour chez vous et un prompt rétablissement.

Encore des questions?

Si vous avez encore des questions ou problèmes après avoir lu cette brochure, vous pouvez toujours vous adresser, pendant les heures de bureau, au service d'accompagnement des patients au numéro **016 80 90 38**.

Le cas échéant, ils vous mettront en relation avec le service d'orthopédie.

Regionaal Ziekenhuis Heilig Hart Tienen

campus mariëndal

t 016 80 90 11 (numéro général)

t 016 80 99 19 (service des Urgences)

t 016 80 96 80 (hôpital de jour)

campus st.-jan

t 016 80 90 11 (numéro général)

t 016 80 39 16 (hôpital de jour)

medisch centrum aarschot

t 016 55 17 11 (numéro général)

t 016 55 17 36 (hôpital de jour)

www.rztienen.be

iedereen

Vriendelijk Inlevend Professioneel
met zin voor Initiatief



99997-NL/aug 2019