

# Эндопротезирование тазобедренного сустава

Цель данного информационного листа – предоставить пациенту информацию о замене (эндопротезировании) тазобедренного сустава.

Операция по эндопротезированию тазобедренного сустава проводится в случае деформации сустава, ограничения подвижности в суставе и при наличии боли, не поддающейся медикаментозному лечению. Целью эндопротезирования является восстановление нормального положения конечности и получение в результате безболезненного сустава, подвижность которого позволяет пациенту осуществлять повседневную деятельность.

## **Перед тем, как прийти в больницу**

Для того, чтобы получить оптимальный результат, к операции необходимо как следует подготовиться.

- **Восстановительное лечение**

За три месяца до проведения операции врач восстановительного лечения в центре восстановительного лечения Восточно-Таллиннской центральной больницы составит Вам программу, целью которой является улучшение мышечной функции конечности и расширение диапазона подвижности/объема движений в суставах. Направление к врачу восстановительного лечения будет выдано Вам ортопедом или семейным врачом.

Перед операцией важно научиться послеоперационным упражнениям восстановительного лечения и ходьбе с костылями, так как в период, следующий непосредственно вслед за операцией, боль может помешать обретению новых навыков. Опыт показывает, что пациенты, которые упражнялись ранее, после операции поправляются быстрее.

- **Лечение воспаления**

К моменту проведения операции следует вылечить все хронические и острые воспаления, в противном случае существует большой риск заражения искусственного сустава.

Особое внимание следует уделить зубным воспалениям. Предоперационное лечение воспаленных зубов является важной предпосылкой предотвращения осложнений.

Также важно следить, чтобы на оперируемой конечности не было кожных повреждений (трещин между пальцами и на пятках, опрелостей, гнойных прыщей и язв) и грибковых заболеваний ногтей.

- **Лечение сопутствующих заболеваний**

На момент поступления в больницу хронические заболевания (например, гипертоническая болезнь, ишемическая болезнь сердца, почечная недостаточность, сахарный диабет) должны быть в стадии компенсации.

- **Повседневные лекарства**

Прекращать прием лекарств, необходимых для лечения сопутствующих заболеваний, перед поступлением на операцию не нужно. Утром в день операции эти лекарства также следует принять, запив их глотком воды.

Однако, перед операцией обязательно следует прекратить прием следующих лекарственных препаратов:

- Нестероидные противовоспалительные препараты (НПВП, например, диклофенак, ибупрофен) и аспирин – их прием следует прекратить за две недели до дня проведения операции (в этот период для лечения боли можно применять трамадол).
- Антикоагулянты (мареван) – в зависимости от показателей свертывания, в соответствии с указаниями врача.
- **Костыли, вспомогательные средства**

Для того, чтобы научиться ходить с искусственным суставом и для послеоперационного восстановительного лечения, Вам потребуется взять напрокат костыли. Для восстановления после операции в дополнение к костылям потребуются и другие вспомогательные средства, например, специальное возвышение для унитаза и сиденье для ванны.

Информацию об аренде костылей и других вспомогательных средств можно получить у медсестер ортопедического кабинета поликлиники Восточно-Таллиннской центральной больницы.

- **Эластичная повязка или компрессионные чулки**

Эластичная повязка на голени прооперированной конечности и компрессионные чулки помогают предотвратить образование послеоперационных тромбов в нижних конечностях и уменьшают отечность ног. Эластичную повязку или компрессионные чулки следует носить до уменьшения отеков.

Приобрести эластичный бинт Вы можете в аптеке, а компрессионные чулки можно купить в ортопедическом кабинете поликлиники Восточно-Таллиннской центральной больницы, где при выборе чулок Вы сможете получить соответствующие рекомендации у специально обученных медсестер.

- **Исследования и анализы**

Для уточнения состояния Вашего здоровья в день поступления в больницу у Вас будут взяты анализы крови, а также будут сделаны электрокардиограмма и рентгеновские снимки.

- **Вопросник по анестезии и форма согласия на операцию**

К моменту поступления в больницу просим Вас заполнить вопросник по анестезии, в котором содержится информация о возможностях обезболивания при проведении операции. Вопросник будет Вам выдан медсестрой ортопедического кабинета. В вопроснике содержатся вопросы о Вашем состоянии здоровья – на них Вы должны дать точные ответы, поскольку, исходя из этого, анестезиолог (врач, дающий наркоз) сможет подобрать наиболее подходящий для Вас метод обезболивания.

Согласно Закону об обязательственном праве (Võlaõiguseadus) Вам следует в письменной форме подтвердить, что Вы согласны на проведение операции. С этой целью просим Вас подписать форму согласия на операцию.

**Пожалуйста, возьмите с собой в больницу:**

- костыли;
- повседневно принимаемые Вами лекарства с запасом, по меньшей мере, на 10 дней;
- эластичный бинт или компрессионные чулки;
- имеющиеся у Вас на руках рентгеновские снимки оперируемого сустава;
- информацию о сопутствующих заболеваниях (больничные выписки, результаты исследований);
- гигиенические принадлежности, одежду на время пребывания в больнице, обувь для использования внутри помещений.

Лишних вещей просим с собой не брать.

### **Вечером накануне операции**

- Пожалуйста, не ешьте после 18.00. Пить последний раз можно за шесть часов до начала операции.
- Примите свои ежевечерние лекарства, если врач не проинструктировал Вас иначе.
- Примите душ, помойтесь и наденьте чистую больничную рубашку.

### **Утром в день операции**

- Если врач не дал иных распоряжений, примите, пожалуйста, свои ежеутренние лекарства, запив их небольшим глотком воды.
- Есть, пить и курить не разрешается.
- Примите душ.
- К моменту отправления на операцию на Вас наденут операционную рубашку.
- Перед тем, как Вас отвезут в операционную, медсестра в палате установит Вам катетер мочевого пузыря.

### **Ход операции**

**Во время операции удаляют изношенные суставные поверхности и замещают их протезом.**



### **Обезболивание**

В большинстве случаев при эндопротезировании тазобедренного сустава в качестве обезболивания применяется спинальная анестезия. В результате спинальной анестезии утрачивается болевая чувствительность нижней половины тела и возможность двигать ногами, но при этом Вы во время операции будете находиться в сознании.

При желании можно дополнительно ввести успокоительные, чтобы снизить нервное напряжение во время операции. Действие спинальной анестезии проходит в среднем через три-четыре часа.

В исключительных случаях может быть необходимо проведение операции под общим наркозом.

### **После операции**

- **Рентгеновский снимок**

В зависимости от Вашего общего состояния рентгеновский снимок прооперированного сустава проводится либо сразу после проведения операции, либо на следующий день.

- **Комната пробуждения от наркоза**

После операции Вас отвезут в комнату пробуждения от наркоза, где Вы будете находиться, пока не пройдет действие наркоза (примерно два часа). В комнате пробуждения от наркоза начинают лечение боли.

- **Палата интенсивной терапии**

Послеоперационное лечение продолжится в палате интенсивной терапии, где имеются все средства для обеспечения восстановления после операции. Со следующего утра лечение продолжится в обычной палате.

- **Боль**

После того как закончится действие наркоза, прооперированный сустав начнет болеть. Чувствительность к боли у каждого человека индивидуальная. Если боль усилится, Вам введут обезболивающие. Следует учитывать, что, несмотря на обезболивающие, в течение нескольких дней после операции умеренная боль будет все же присутствовать. Облегчить боль и отек можно, поместив на прооперированную зону охлаждающий пакет.

- **Питание**

Если врач не распорядился иначе, то, исходя из самочувствия, можно есть сразу после операции.

- **Туалетные процедуры**

Катетер мочевого пузыря удаляется на следующий день после операции. Пользоваться унитазом со специальным возвышением можно, как правило, через пару дней после операции. До этого можно пользоваться бутылкой или уткой.

- **Мытье**

Мыться можно сразу после начала ходьбы на костылях, т.е. примерно на третий день после операции. Следует избегать падений на скользком полу в душевой комнате. Операционную рану можно мыть прохладной проточной водой. Пользоваться мочалкой и мылом в зоне свежей операционной раны не рекомендуется.

Посещение сауны разрешается через неделю после удаления швов, т.е. примерно через три недели после операции. При приеме ванны рекомендуется пользоваться специальным сиденьем для ванны.

- **Положение тела**

Положение в кровати:

- До того, как пройдет спинальная анестезия (примерно в течение двух часов после операции), Вы можете лежать в кровати только на спине.
- Сразу, как только позволит самочувствие, можно принять в кровати полусидячее положение (приподняв спинку кровати).
- Во время сна на здоровом боку в течение первых двух месяцев после операции между ног должна быть подушка. Спать на прооперированном боку можно после исчезновения боли, подушка между ног при этом не требуется. Поворачиваться на живот в течение первых двух месяцев после операции можно через здоровый бок с подушкой между ног.

#### Положение сидя:

- Как правило, полусидячее положение в кровати разрешено после того, как пройдет действие спинальной анестезии, в зависимости от самочувствия. Сидеть, свесив ноги с кровати, можно начиная с утра на следующий день после операции.
- В течение двух месяцев после замены тазобедренного сустава необходимо использовать достаточно высокое сиденье (более высокий стул, унитаз со специальной насадкой (высокое сиденье), возвышение для кровати), чтобы сгибание в тазобедренном суставе не превышало 90 градусов.

#### • **Ходьба**

Ходить на костылях разрешается, начиная с первого дня после операции, и делать это следует на протяжении шести недель. Опирайтесь на прооперированную ногу с полной нагрузкой можно до границы боли, если врач не дал Вам иных рекомендаций.

В исключительных случаях (например, если во время операции была проведена пересадка кости) пользоваться костылями следует дольше. В таком случае врач даст Вам отдельные рекомендации по срокам пользования костылями и по разрешенной нагрузке на ногу.

#### • **Восстановительное лечение**

После операции необходимо продолжить кинезитерапию (лечение движением), чтобы укрепить мышцы и достичь оптимальной подвижности сустава. Упражнения следует делать каждый день. Комплексное восстановительное лечение организует врач восстановительного лечения, и это можно делать как в больнице, так и приходя на лечение из дома. К врачу восстановительного лечения Вас направит ортопед или семейный врач, и визит следует запланировать за 1-2 месяца до обращения к врачу. При наличии Вашего желания через 1-1,5 месяца после операции Вас направят на платное восстановительное лечение. Время для этого следует забронировать заранее.

#### • **Операционные швы**

В зависимости от заживления раны, швы удаляют на 10-14 день после операции. Это делает семейный врач.

#### • **Время пребывания в больнице**

Просим Вас прибыть в больницу накануне дня проведения операции. В день поступления в больницу Вам будут проведены необходимые анализы и исследования. Из больницы Вас выпишут на 5-7 день после операции.

#### • **Практические рекомендации**

#### Поездка из больницы домой:

Для поездки из больницы домой можно воспользоваться обычным автомобилем, сидя на соседнем с водителем сиденье. Автомобильное сиденье должно быть максимально отодвинуто назад и спинка сиденья должна быть отклонена из обычного положения назад.

Поступайте следующим образом:

- положите на сиденье возвышающую подушку;
- сядьте на автомобильное сиденье;
- подтяните в машину прооперированную ногу с выпрямленным коленом и задвиньтесь назад вглубь сиденья;
- выходя из машины, следует проделать все то же самое, только в обратной последовательности.

Ходьба по лестнице:

- Вверх ↑ здоровая нога → больная нога → костыли
- Вниз ↓ костыли → больная нога → здоровая нога

Как лечь на кровать/встать с кровати

- Вставать с кровати следует со здоровой ноги.

Надевание носков и обуви:



Надевать носки лучше всего с помощью специального приспособления. Сразу после операции процедуры обувания и ухода за ногой, возможно, придется проводить на колене здоровой ноги.

Единственный способ для проведения каких-либо манипуляций на прооперированной ноге (вытирание, подстригание ногтей, надевание носков и обуви, завязывание шнурков) – поместить голеностопный сустав прооперированной ноги на колено здоровой ноги.



Не наклоняйтесь слишком сильно – угол между корпусом тела и бедром должен быть не менее 90 градусов.

### Как садиться на стул и вставать со стула:



Первые два месяца после замены тазобедренного сустава разрешается сидеть только на жестком стуле (но не на мягком кресле).

- Сначала вытяните прооперированную ногу вперед.
- Садитесь, поддерживая корпус тела с помощью рук.

### Поднимание предметов с земли/ с пола:



- Опираясь на здоровую ногу, отставьте больную ногу назад.
- Опираясь на здоровую ногу, согните прооперированную ногу в колене таким образом, чтобы угол между бедром прооперированной ноги и корпусом тела составлял не менее 90 градусов.

#### • Спорт

Старайтесь воздержаться от набора лишнего веса тела. Спортивные увлечения можно продолжать, однако следует избегать прыжков, ушибов/сотрясений, скручиваний ноги и положения вприсядку. Лучше всего подходят плавание, езда на велосипеде, ходьба на лыжах, ходьба с палками. Плавать кролем можно сразу после заживления операционной раны (при наличии возможности безопасно попасть в бассейн). Плавать брассом, кататься на велосипеде и бегать на лыжах можно тогда, когда после операции пройдет три месяца.

#### • Половая жизнь

Половую жизнь можно возобновить примерно через шесть недель после операции по замене сустава. Следует избегать положений, когда сгибание в тазобедренном суставе составляет угол меньше 90 градусов, или когда бедро слишком вывернуто. Беременность разрешена.

#### • Остерегайтесь воспалений!

Консультируйтесь со своим семейным врачом при любом малейшем подозрении на инфекцию (в том числе и при зубных воспалениях). Воспаление в любой части тела может способствовать заражению эндопротезированного сустава. Поэтому незамедлительное лечение очагов воспаления крайне важно. В некоторых случаях (например, лечение воспаленных зубов у зубного врача) необходимо провести курс антибиотиков с целью предотвращения распространения инфекции.

### **Возможные осложнения**

На возможное возникновение осложнений на прооперированной конечности указывают:

- существенное усиление боли;
- сильный отек;
- покраснение кожи;
- ощущение жара в зоне прооперированного сустава;
- высокая температура или небольшое, но постоянное повышение температуры тела;
- выделения из операционной раны;
- существенное снижение диапазона подвижности сустава.

Если Вы заметите у себя какие-либо из перечисленных признаков, незамедлительно свяжитесь с лечащим врачом!

**Просим Вас избегать следующих положений:**



Сгибание тазобедренного сустава более, чем на 90 градусов.



Наклон вперед в положении сидя.



Проведение манипуляций на ноге с согнутым тазобедренным суставом.





Занесение прооперированной ноги через срединную линию тела (скрещивание ног). Сидение на стуле без подлокотников.



Проведение манипуляций на ноге со сгибанием в тазобедренном суставе и выворотом его наружу.



Проведение манипуляций на ноге со сгибанием в тазобедренном суставе и поворотом его вовнутрь.

### **Последующий контроль**

Последующий контроль проводится в ортопедическом кабинете поликлиники Восточно-Таллиннской центральной больницы. Время назначает оперировавший Вас врач.

### **Информационные телефоны**

Ортопедический кабинет поликлиники Восточно-Таллиннской центральной больницы

[620 7119](tel:6207119)

Отделение ортопедии Восточно-Таллиннской центральной больницы

620 7113 (секретарь)

620 7115 (врачи)

Общая информация/регистратура Восточно-Таллиннской центральной больницы

666 1900

Если у Вас нет возможности прийти на операцию в назначенный день, просим обязательно сообщить об этом по телефону **620 7113**.

ИТК635

Данный информационный материал согласован с Хирургической клиникой 01.01.2021.