



## Viborg Privathospital - Patientinformation

Alt hvad du bør vide om  
**kunstig hofte**  
**(hoftealloplastik)**



# Velkommen til Viborg Privathospital



Denne vejledning er tænkt som en kort information om sygdommen, om den operative behandling og om efterbehandling og kontrol.

Vi har erfaringer med, at patienter bliver skånet for mange bekymringer og overraskelser, hvis de på forhånd ved, hvad der skal ske. En af forudsætningerne for et godt resultat af din operation er, at du nøje kender og efterlever nogle enkelte forholdsregler, som vil skåne din hofte.

## Formål med undersøgelsen/operationen

Indsættelse af et kunstigt hofteled tilbydes patienter, hvor der er en væsentlig nedslidning af ledbrusken, et betydende smerteproblem og indskrænkning af bevægeligheden i hoften.

Det altovervejende formål med en hofteprotese er at fjerne eller væsentligt reducere smerter i hofteleddet. Dette lykkes også i langt de fleste tilfælde. Derudover vil der i nogle tilfælde også kunne opnås bedre bevægelighed i hofteleddet.

Ved indsættelse af en hofteprotese erstattes patientens eget hofteled med et kunstigt, mekanisk led, som i opbygning og funktion minder meget om et normalt hofteled.

Protesen består af en hofteskålsdel lavet af plastik eller keramik og en lårbensdel med et ledhoved, lavet af metal eller keramik.

Proteserne inddeler sig i to hovedgrupper:

Proteser, der sættes fast med cement – den såkaldte cementerede hofteprotese, samt proteser hvor patientens egen knogle gror fast til hofteprotesen – den såkaldte ucementerede hofteprotese.

På Viborg Privathospital anvendes kun ucementerede hofteproteser, da meget tyder på, at disse giver de bedste resultater.

## Holdbarhed for en hofteprotese

En hofteproteses holdbarhed er afhængig af, hvor meget den bruges.

Generelt kan siges, at over 90 % af patienterne stadig har den samme hofteprotese siddende i efter 10 år og efter 20 år vil formentligt væsentligt flere end 50 % stadig have hofteprotesen siddende.

Ved patienter under 70 år vil vi gerne nedsætte risikoen for slid, og dermed tidligere udskiftning, og anvender derfor normalt en hofteprotese med ledhoved og hofteskål af keramik.

Ved patienter over 70 år anvender vi i stedet for keramik en hofteskål af polyethylen, derved nedsættes risikoen for ledeskred væsentligt.

## Risici og komplikationer

Selvom der kan opstå komplikationer til hofteprotesen, må vi i dag konkludere, at omkring 95 % af alle hofteopererede patienter får deres forventninger til operationen indfriet. Det vil frem for alt sige, at man bliver smertefri og derigennem får en langt bedre gangfunktion og livskvalitet.

Benlængden:

Vi tilsigter at opnå næsten ens benlængde efter operationen. Dog kan små forskelle på cirka 1 cm forekomme. Større forskelle (mere end 2 cm) er sjældne og skyldes ofte en stor benlængdeforskel inden operationen.

I nogle tilfælde kan det være nødvendigt at acceptere eventuel større forskel for at opnå tilfredsstillende stabilitet af hoften. Dette kan korrigeres ved indlæg i eller under fodtøjet.

## Viborg Privathospital - patientinformation



### Infektion:

Infektion omkring protesen er meget sjældne, men opstår hos ca. 0,5 % af de patienter, som skal opereres første gang i hofteleddet på grund af slidgigt. For at undgå infektioner får alle patienter antibiotika i tilknytning med operationen.

Hos andre patienter (f.eks. hos patienter som tidligere er opereret i hofteleddet, hos leddegigtpatienter, hos patienter som har været i langvarig behandling med binyrebarkhormon eller hos patienter med et kronisk alkoholmisbrug) øges risikoen for infektion til 3-5 %. Infektionen gør det som regel nødvendigt med en ny operation og kan i uheldigste fald ende med, at protesen må fjernes igen, indtil infektionen er forsvundet og først nogle måneder senere kan erstattes af en ny.

Da hofteprotesen altid vil være et fremmedlegeme, vil den også, selv lang tid efter operationen, kunne være sæde for en infektion, der er opstået et andet sted i kroppen og hvor infektionen så føres til protesen via blodet.

Vi vil derfor anbefale, at man i al fremtid er opmærksom på infektioner også andre steder i kroppen.

Kontakt derfor altid din egen læge ved tegn eller symptomer på infektioner. Dette gælder f.eks. blærebetændelse, halsbetændelse, tandbyld (ikke en almindelig forkølelse), dette for at forebygge bakteriespredning til protesen.

Ligeledes bør man også være opmærksom på, at der ved tandbehandling er en let øget risiko for, at bakterier kan spredes, hvorfor du bør gøre din tandlæge opmærksom på, at du har fået indopereret en hofteprotese. Vi anbefaler ved større tandarbejde, at man i samråd med sin tandlæge indtager forebyggende antibiotika f.eks. i form af tablet Amoxicillin 3 g og tablet Dicillin 500 mg, 1 og 2 timer før tandlægebesøg.

### Dyb årebetændelse/blodprop i benet:

Årebetændelse i benet er oftest kun ledsaget af ømhed, rødme og hævelse. En sådan tilstand kan dog føre til dannelse af en blodprop i benet, som kan føres til lungerne. Dette forebygges ved at give blodfortyndende injektioner i forbindelse med operationen. Den blodfortyndende behandling i kombination med hurtig indsættende træning nedsætter risikoen for ovenstående komplikationer. Derfor er det vigtigt, at du allerede på operationsdagen eller senest dagen efter kommer ud af sengen.

Den medicinske behandling med blodfortyndende medicin opstartes umiddelbart efter operationen og fortsætter i, i alt syv dage.

Medicinen gives som injektioner i underhuden på maven. Du vil blive instrueret i hvordan dette gøres, så du selv kan gøre dette efter udskrivelsen.

### Ledskred af protesen:

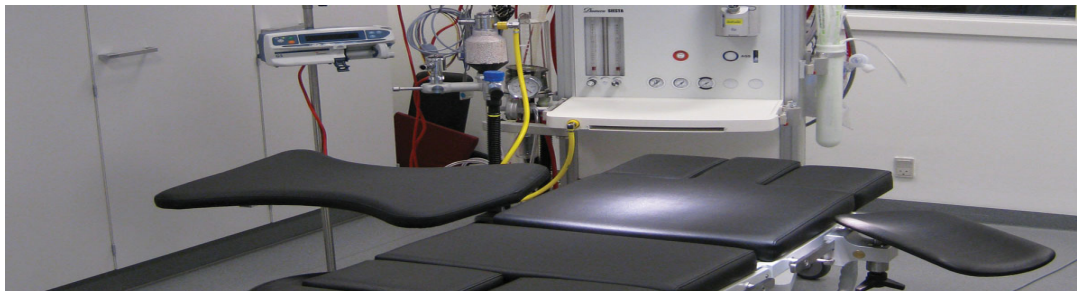
Den nye protese kan gå ud af led, hvilket vil sige, at lårbensdelen hopper ud af hofteskåldelen.

Det kan ske ved en uheldig bevægelse, hvor hofteleddet bøjes og drejes for meget. For at forebygge at dette sker, pålægges du derfor mindre bevægelsesindskrænkninger i de første tre måneder efter operationen, hvor risikoen for ledskred er størst.

Ledskred er en af de hyppigste komplikationer i forbindelse med hofteoperationer. Risikoen for ledskred ved førstegangs-opererede er 3-5 %.

Når en hofteprotese går af led, kræves der ofte bedøvelse, for at den igen kan sættes på plads. I få tilfælde opstår der en kronisk tendens til ledskred, hvilket for det meste skal afhjælpes med en ny operation.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Proteseløsning:

Som tidligere nævnt kan hofteprotesen på et tidspunkt gå løs. Årsagen kan både være infektion som ovenfor nævnt, men vil som regel være på grund af slid. Hvis protesen går løs, vil symptomerne være smerter og det er derfor vigtigt at være opmærksom på, at hvis der genopstår smerter i hofteprotesen, er det vigtigt at opsøge læge med henblik på at få taget et røntgenbillede af hoften.

En løs hofteprotese vil stort set altid kunne udskiftes til en ny hofteprotese. Resultaterne af denne operation er oftest næsten på højde med en førstegangsoperation.

## Sårheling:

Normalt er der ingen problemer med sårhelingen. De første dage er operationssåret meget ømt og stort set altid hævet. Hævelsen vil normalt svinde og næsten være forsvundet i løbet af 1-2 måneder.

De første dage vil der ligeledes også være mere eller mindre svivning fra såret, men det bør hurtigt høre op.

Er der tale om større svivning, kan det skyldes en blodansamling. Desuden vil større fedtpolstring give anledning til øget svivning.

Fortsætter svivningen i længere tid er det vigtigt, at du henvender dig til Viborg Privathospital igen.

Rygning påvirker sårheling i negativ retning, hvorfor rygeophør inden operationen må anbefales kraftigt.

I den forbindelse gør vi opmærksom på, at Viborg Privathospital er røgfrit.

## Skade på iskiasnerven:

Skade på iskiasnerven sker kun meget sjældent og næsten altid i forbindelse med specielle operationer, hvor man genopbygger hofteleddet samtidigt med, at man øger benlængden væsentligt.

De fleste skader på iskiasnerven svinder af sig selv i løbet af uger til måneder.

## Revne eller brud på knoglen:

Under operationen kan der opstå brud eller en revne i knoglen. Disse brud/revner har kun meget sjældent betydning i efterforløbet. I enkelte tilfælde kan det være nødvendigt med aflastning af benet de første uger indtil revnen/bruddet er ophelet.

## Komplikationer ved bedøvelsen:

Den narkoselæge, som du kommer til at snakke med inden operationen, vil fortælle mere detaljeret om dette emne.

Når der er gener efter bedøvelsen, drejer det sig oftest om kvalme, utilpashed og til tider også hovedpine.

Du har øget risiko for at få kvalme efter operationen, hvis du er kvinde i overgangsalderen eller hvis du tidligere har oplevet kvalme i forbindelse med anden operation eller hvis du lider af køresyge. Du vil få udleveret kvalmestillende medicin af narkoselægen.

## Forkalkning omkring hofteleddet:

I hofteleddet kan der i det første år efter operationen ses forkalkninger i selve hofteledskapslen, hvilket viser sig ved at bevægeligheden i hoften kan blive meget nedsat. Forkalkningerne kan være meget varierende af omfang og kun i 5-10 % af tilfældene vil det være af et sådant omfang, at det giver gener i form af bevægeindskrænkning i hofteleddet. Der kan i så fald blive behov for en operation, hvor man fjerner forkalkninger og samtidig give et lægemiddel, der hæmmer forkalkninger i ledkapslen.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Forberedelse til operationen

Ved enhver operation gælder det, at en krop i god fysisk form er bedre til at komme sig end en krop i mindre god form. Samtidig bør du undgå rygning mindst fire uger før og efter operationen, da rygning nedsætter ophealing af sår og knogler.

Endelig skal du træne musklerne så meget, dine smerter tillader det, ved at gå ture, cykle, svømme eller lignende. Spis desuden sundt— specielt er det vigtigt at få proteinrig kost, f.eks. kød, fisk, mælk og ost.

Hos nogle patienter er det nødvendigt at få taget blodprøver og EKG (hjertekardiogram) før operationen. Er det aktuelt, vil du blive informeret herom.

Du vil blive kontaktet fra Viborg Privathospital vedrørende hjælpemidler til hjemme cirka en uge før operationen.

## Smertestillende og blodfortyndende medicin før operationen

Den forestående operation, hvor du skal have indsat en ny hofte, medfører visse begrænsninger i brug af smertestillende medicin. Medicin som indeholder "acetyl-salisylsyre" og de såkaldte "NSAID"-gigtpræparater må ikke indtages de sidste 14 dage inden operationen. Disse præparater kan medføre en øget blødningsrisiko i forbindelse med operationen, dog ikke i et omfang som er farligt.

Medicinrestriktionen skal ses som et forsøg på at mindske behovet for blodtransfusioner efter operationen.

Hvis du er i behandling med blodfortyndende medicin er det vigtigt, at du gør opmærksom på dette, da det kan være nødvendigt at holde pause med medicinen nogle dage inden operationen.

## Kosttilskud

### Kostens betydning i forbindelse med operation

For ikke at miste kræfter i forbindelse med en større operation er det vigtigt, at du får en kost med ekstra proteiner og ekstra energi i. Hvis du taber dig i forbindelse med operationen, er det muskelvæv du

taber og det vil derfor tage ekstra tid før du genvinder dine kræfter og kommer dig igen.

Nogle har nedsat appetit, kvalme og eventuelt opkastninger efter en operation.

Det skyldes ofte bedøvelsen eller den smertestillende medicin.

Vi kan gøre flere forskellige ting for at afhjælpe kvalmen, for eksempel kan du få kvalmestillende medicin.

Det er ligeledes vigtigt, at du drikker 1½-2 liter væske pr. døgn.

Efter operationen er det vigtigt, at dit protein- og energiindtag er tilstrækkeligt, da det har betydning for sårheling og din evne til at gennemføre træning.

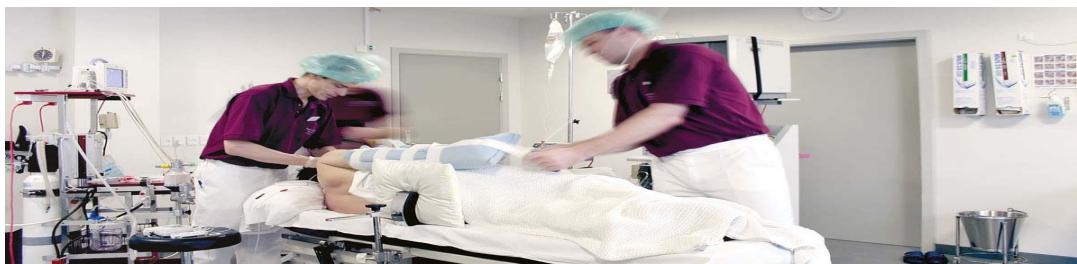
Protein findes i kød, fisk og fjerkræ, æg, mælkeprodukter, mandler, nødder og ost. Det er godt at fortsætte med at spise protein- og energirig kost indtil du ikke længere er træt. Træthed kan også skyldes lav blodprocent.

Det kan anbefales at supplere kosten med et jerntilskud i form af jerntabletter eller Kræuterblut, der begge er håndkøbsmedicin eller du kan spise grønne grøntsager.

## Træning/genoptræning

Du vil få en tid hos vores fysioterapeut ugen før operationen, hvor du vil blive instrueret i øvelser du skal lave efter operationen.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## På operationsdagen

Hvilken medicin må jeg tage hjemmefra?

Du skal tage din vanlige medicin på operationsdagen med en lille mundfuld vand. Dog kan der være medicin som du ikke må tage på operationsdagen, men dette vil du blive informeret om ugen før operationen. Ved operationen må du ikke have sår, bumser eller lignende i operationsområdet. Hvis du er i tvivl om et sår, bedes du kontakte os senest dagen før operation.

Det er vigtigt, at du tager et bad inden du tager hjemmefra, og du må ikke anvende nogen form for creme/bodylotion på operationsområdet.

## Faste

Du skal møde fastende, dvs. fra 6 timer før mødetidspunktet, må du ikke spise, ryge eller drikke. Se også den pjece, som du har fået udleveret om fuld bedøvelse.

## På hospitalet

### Før operationen

Du vil få en samtale med den kirurg, der skal operere dig, og kirurgen vil opmarkere operationsstedet. Herefter vil du få en samtale med narkoselægen om selve bedøvelsen, og du vil få smertestillende medicin, som forberedelse til bedøvelsen. Du får dit eget aflåste skab til tøj. Efterlad venligst værdigenstande og smykker hjemme.

### Selve operationen

Operationen varer cirka 1-1½ time.

Under operationen ligger du i sideleje. Kirurgen åbner ind til hoftelæddet gennem et 10-20 cm langt snit, fjerner ledhovedet og den nedslidte brus i hofteskålen. Herefter indsættes først den kunstige hofteskål og derefter det kunstige lårbensskaft.

Trådene, der syes indvendigt, forsvinder af sig selv, mens clips i huden skal fjernes cirka 12-14 dage efter operationen hos vores fysioterapeut.

Såret dækkes med en stor forbinding, som dagen efter bliver erstattet af en mindre forbinding, som du kan gå i bad med.

## Efter operationen

Efter operationen vågner du op i rolige omgivelser på opvågningsstuen. Her overvåges du af specialuddannet personale, indtil du er klar til at blive overflyttet til vores indlæggelsesafsnit.

(se pjecen om indlæggelsesafsnittet).

Du vil i forbindelse med bedøvelsen få lagt en nål i en blodåre, hvorfra du vil få væske, men du må gerne drikke selv.

Det er tilladt at ligge på siden, så snart du kan, men husk altid at have en pude mellem benene. Dette gælder i de første tre måneder efter operationen.

Du vil selvfølgelig få tilbudt smertestillende medicin, hvis du har behov for dette. Lettere smerter kan dog ikke altid undgås.

Normalt vil du allerede samme aften efter operationen være ude af sengen og sidde i kortere tid i en stol. Du må træde med fuld vægt på det opererede ben.

## Smertebehandling

Der opstartes lige efter operationen en smertebehandling i form af tabletter. Der kan suppleres med smertestillende medicin givet direkte ind i en åre ved behov for hurtig indsættende virkning.

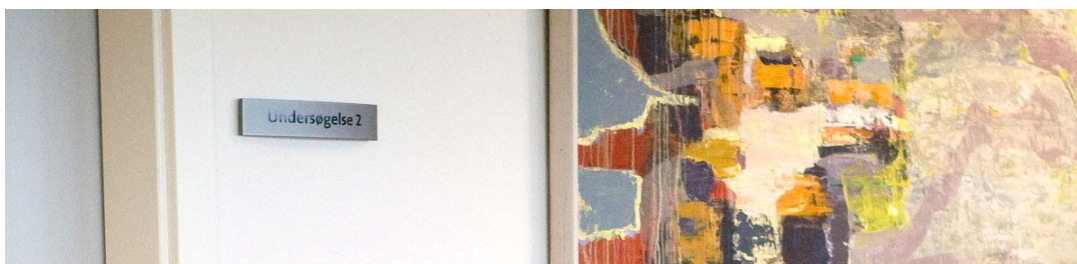
Uanset hvilken smertebehandling der anvendes er operationen ikke smertefri, specielt de første dage i forbindelse med træning. Du skal dog kun regne med smerter i ringe grad, når du er i hvile.

Husk på, at kun du kan mærke smerten. DERFOR er det vigtigt i forbindelse med smertebehandling, at du snakker med plejepersonalet for at finde den rigtige løsning for netop dig. **Det er derfor vigtigt, at du fortæller hvornår og hvor du har ondt.**

På udskrivningstidspunktet vil de fleste fortsat have behov for smertestillende. Efter en måned har de fleste kun behov for smertestillende medicin ind imellem.

Der gives smertestillende medicin med hjem herfra til de første dage.

# Viborg Privathospital - patientinformation



## Dagen efter operationen

Genoptræning vil normalt starte indenfor det første døgn efter operationen, hvor du vil blive instrueret af vores fysioterapeut.

For at opnå det bedste resultat er det vigtigt, at du selv er aktiv efter operationen og udfører de øvelser, fysioterapeuten instruerer dig i.

Du vil også begynde gangtræning dagen efter operationen og vil blive instrueret i brug af krykkestokke. I forbindelse med gangtræning er det vigtigt med et par velsiddende sko med hælkappe og uden for høj hæl.

Du vil i de første dage skulle lære at tage hensyn til den nye hofte, hvilket indebærer, at du skal lære at bevæge dig indenfor de bevægelsesindskrænkninger, du er blevet instrueret i.

Har du nogle spørgsmål, er det vigtigt, at du taler med plejepersonalet om det, således at du kan få det bedst mulige forløb.

## Et typisk forløb vil være

Operationsdagen:

- Op at sidde på sengekanten om aftenen.
- Evt. sidde lidt i stolen.
- Evt. gå et par skridt med hjælp.

1. dag efter operationen:

- Hjælp til at komme ind og ud af seng.
- Gå med krykkestokke til toilet.
- Op at sidde flere gange 1 time, f.eks. i forbindelse med måltider.
- Påbegynde træning ved fysioterapeut.

2. dag efter operationen:

- Intensivere træning/fortsat træning ved fysioterapeut med bl.a. trappegang.
- Oppe ved alle måltider.
- Oppe så meget som muligt.
- Ind og ud af seng uden hjælp.
- Afklare om der er brug for hjælp i hjemmet.
- Planlægge udskrivelsen.
- Udskrivning.

## Efter udskrivelse

Du skal komme til kontrol hos vores fysioterapeut ca. 14 dage efter operationen, hvor du vil få fjernet clipsene fra såret og samtidig følges der op på din genoptræning.

Du vil blive henvist til røntgenkontrol på dit hjemsygehus ca. 5-6 uger efter operationen.

Du skal komme til en afsluttende kontrol hos kirurgen efter 6 uger på Viborg Privathospital.

Du skal regne med at bruge to krykkestokke (du får dem med herfra) i minimum seks uger efter operationen, herefter tages stilling til, om du kan nøjes med en stok indtil tre måneder efter operationen.

Det er vigtigt, at du undgår at bøje hoften mere end 90 grader. Undgå eksempelvis at række for langt frem, mens du sidder ved et bord.

Det er vigtigt, at du undgår at krydse benene og undgår at dreje det opererede ben voldsomt indad eller udad. Det er vigtigt, at du bruger stole, som passer i højden og det er vigtigt, at du husker skråpude de første tre måneder.

Skal du køre i bil er det vigtigt, at du sidder på forsædet de første tre måneder, husk skråpuden. Vær opmærksom på korrekte bevægelser ved ind- og udstigning af bilen.

Undlad selv at føre bilen de første seks uger efter operationen.

Du må maksimum løfte 10 kg de første tre måneder.

Seksuelt samliv er tilladt, når du tager ovenstående bevægelsesindskrænkninger i betragtning.

## Fysisk aktivitet

Vi vil generelt fraråde patienten løft udover 20-30 kg, voldsom sport og specielt kontaktsport og løb. Derimod bør almindelige gøremål ikke være noget problem og fysisk udfoldelse, specielt i form af cykling og svømning kan anbefales.

Genoptagelse af arbejdet vil normalt ved lettere kontorarbejde være muligt efter ca. to måneder. Ved tungt arbejde skal man nok regne med 3-4 måneders sygemelding. Det er vigtigt, at du er fysisk aktiv og du undgår at blive overvægtig.

Du kan/må cykle efter udskrivelsen, i begyndelsen anbefales en kondicykel.

Vi fraråder enhver form for kontaktsport samt skisport og bjergvandring fremover.

Vi fraråder spring ned fra stor højde.

Det frarådes at spille golf de første seks måneder efter operationen.

# Viborg Privathospital - patientinformation

Se meget mere på [viborgprivathospital.dk](http://viborgprivathospital.dk)



## Spørgsmål

Opstår der inden operationen spørgsmål, som du har behov for at få afklaret, er du velkommen til at tage kontakt til Viborg Privathospital. Dette gælder også, hvis der opstår problemer eller hvis du er i tvivl om noget efter operationen.

Du er altid velkommen til at kontakte Viborg Privathospital.

## Patientrettigheder

Vi beder dig kontakte klinikchef Søren Kjeldsen på telefon 87 25 08 99, hvis du som patient eller pårørende har modtaget en behandling, som du ikke er tilfreds med.

## Øvrige klagemuligheder

Hvis du er kommet til skade som følge af en behandling eller efter brugen af et lægemiddel, kan du henvende dig til Viborg Privathospital.

## Patientforsikringen

Nytorv 5  
1450 København K  
Telefon 33 12 43 43  
[www.patientforsikringen.dk](http://www.patientforsikringen.dk)

Hvis du vil klage over den behandling, du har modtaget eller f.eks. over brud på dine rettigheder som patient, kan du henvende dig til Patientombuddet eller patientkontoret i regionen.

## Patientombuddet

Frederiksborggade 15, 2. sal  
1360 København K  
Telefon 72 28 66 00  
[www.patientombuddet.dk](http://www.patientombuddet.dk)

## Viborg Privathospital

Viborg Stadion, indgang 0  
Stadion Allé 7, 2.  
8800 Viborg

Telefon: 87 25 08 99  
Telefontid:  
Man. – tors. kl. 08.15-15.30  
Fredag kl. 08.15-15.00  
Fax: 87 25 08 98

[post@viborgprivathospital.dk](mailto:post@viborgprivathospital.dk)  
[www.viborgprivathospital.dk](http://www.viborgprivathospital.dk)

Udarbejdet 24.09.11 af Tina Hansen  
Revideres september 2014