

Ihre neue Hüfte

Patienteninformation



Liebe Patientin, lieber Patient,

täglich stellen wir uns vielen beweglichen Herausforderungen, denn Bewegung gehört zu unserem Leben. Das Hüftgelenk spielt eine besondere Rolle bei der Beweglichkeit. Bewusst wird uns die Bedeutung einer uneingeschränkten Bewegung allerdings erst, sobald sich Anfänge von Bewegungsunfähigkeit und Schmerzen zeigen. Der Gang zu Ihrem Arzt wird ab diesem Zeitpunkt unerlässlich.

Es gibt verschiedene Ansätze und Formen von Gelenkschäden, die der Arzt diagnostizieren kann. Je nach Verlauf der Schmerzen und fortschreitender Gelenkabnutzung wird zu einem künstlichen Gelenkersatz geraten.

Künstliche Hüftgelenke sind heute keine Seltenheit mehr, sie werden in Deutschland, Österreich und der Schweiz bei rund 230.000 Menschen jährlich eingesetzt und fallen daher bereits unter den Begriff der Routineoperationen.

In dieser Informationsbroschüre finden Sie die wichtigsten Schritte zum Thema Hüftgelenkersatz. Sie ersetzt nicht das persönliche Gespräch mit Ihrem behandelnden Arzt, sondern tritt ergänzend hinzu.

Wir helfen Ihnen Schritt für Schritt zurück in ein aktives Leben – Das Biomet Team wünscht Ihnen für den Eingriff und Ihre Zukunft alles Gute.



**Schritt für Schritt
zurück ins aktive Leben**

Das gemeinsame Ziel: Schnelle Genesung

Wer stellt eigentlich mein Hüftgelenk her?

1977 – das Geburtsjahr von Biomet. Über die vergangenen Jahre und Jahrzehnte entwickelte sich Biomet durch stetige Produktverbesserungen und Innovationen zu einem der weltweit führenden Medizintechnik-Unternehmen in der Orthopädie.

Biomet kann auf eine lange Tradition technischer Spitzenleistungen zurückblicken, dabei entwickeln wir unsere innovativen Konzepte in enger Zusammenarbeit mit orthopädischen Chirurgen und Pflegekräften. Mit unseren technologischen Neuerungen und der konsequenten Weiterentwicklung unserer Produkte möchten wir einen Beitrag dazu leisten, dass Patienten auf der ganzen Welt die denkbar besten Produkte erhalten und so schnell wie möglich genesen. Unsere innovativen Lösungen verbessern den Therapieerfolg und erhöhen die Patientenzufriedenheit.

Über eine Million Mal im Jahr unterstützen die Produkte von Biomet einen Chirurgen bei der fachgerechten, individuellen Versorgung eines Patienten.

Ein wesentlicher Schwerpunkt liegt in der Entwicklung und Herstellung künstlicher Gelenke, z.B. für Hüfte, Knie und Schulter. Dabei steht für Biomet die individuelle Patientenbetreuung durch den behandelnden Orthopäden oder Unfallchirurgen im Vordergrund.



Gemeinsame Blickrichtung:

In Kooperation mit orthopädischen Chirurgen entwickeln und verbessern wir künstliche Gelenke

Unser Anspruch ist es, den orthopädischen Chirurgen dabei zu unterstützen, Ihnen die bestmögliche Behandlung und Versorgung mit dem für Sie richtigen Gelenkersatz zukommen zu lassen.

Das Hüftgelenk

Gleitender Übergang zwischen Becken und Oberschenkel



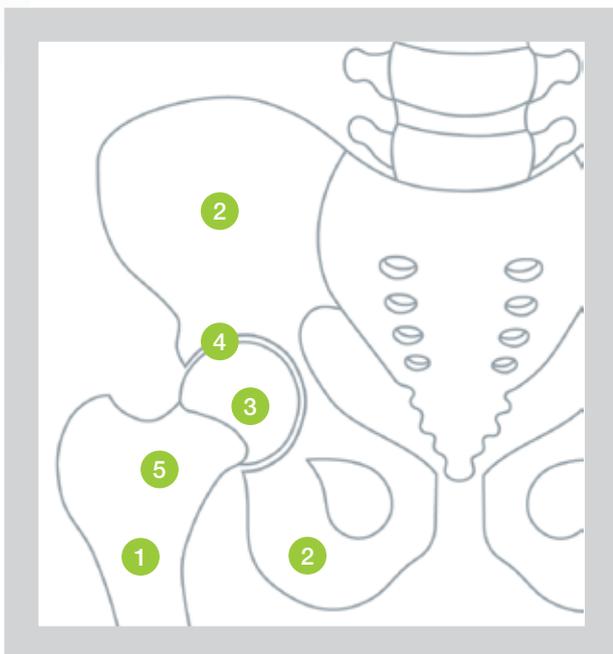
Das Hüftgelenk bildet nach dem Knie das zweitgrößte Gelenk des menschlichen Körpers. Ohne dieses Gelenk wäre es uns Menschen nicht möglich, zu sitzen, sich zu beugen oder zu gehen. Das Hüftgelenk ist ein bewegliches Kugelgelenk zwischen Rumpf und Bein. Diese Verbindung wird durch die Hüftpfanne, Teile des Beckens (Pelvis), den Hüftkopf und einen Teil des Oberschenkelknochens (Femur) geschaffen.

Der **Oberschenkelknochen** 1 und das Becken 2 sind durch Bänder miteinander verbunden, welche die nötige Stabilität sicherstellen, Muskeln und Sehnen dienen der Beweglichkeit. Der **Oberschenkelkopf** 3 bildet am oberen

Ende des Oberschenkelknochens einen kugelförmigen Kopf, der mit einer Knorpelschicht überzogen ist und somit eine schonende Reibung und Stoßdämpfung ermöglicht. Außerdem werden durch die kugelförmige Ausrichtung die einwirkenden Kräfte verteilt und somit gemildert.

Die **Hüftpfanne** 4 verbindet die Beckenknochen miteinander und umgreift den Oberschenkelkopf. Sie ist ebenfalls mit einer Gleitschicht – Knorpel – überzogen. Die Wirkung ist gleich derer beim Oberschenkelkopf.

Das gesamte Gelenk ist wiederum von einer Kapsel umschlossen, die an ihrer Innenseite Gelenkflüssigkeit produziert, welche reibungslose Gleitvorgänge ermöglicht.



Schematische Darstellung der menschlichen Hüfte (vereinfacht):

1. Oberschenkelknochen
2. Becken
3. Oberschenkelkopf
4. Hüftpfanne
5. Oberschenkelhals

Das Hüftgelenk

Erkrankungen und
Behandlungsoptionen

» Aus welchem Material bestehen künstliche Gelenke? «



Antwort: Der Schaft und die Pfanne eines künstlichen Hüftgelenkes bestehen in der Regel aus Metall, der Steckkopf meist aus Metall oder Keramik und das Inlay entweder aus Kunststoff oder Keramik. Der Arzt entscheidet, welches Modell für Sie am Besten geeignet ist.



Das Hüftgelenk ist einer enormen Kraftbelastung ausgesetzt. Der Verschleiß des Hüftknorpels – Arthrose – stellt die häufigste Ursache der Beeinträchtigung der Gleitfunktion dar. Eine Hüftarthrose kann auch durch chronische Arthritis, Wachstumsstörungen, Durchblutungsstörungen oder durch angeborene Fehlstellungen verursacht werden. Darüber hinaus können Unfälle mit Verletzungen des Hüftgelenkes zur Schädigung führen. Arthritis resultiert aus einer Verletzung oder einem Unfall, wobei die Wunde sich entzündet und das Gelenk zu schmerzen beginnt.

Die jeweiligen Schmerzen werden Sie zu Beginn noch eher schwach verspüren. Alternative Behandlungsmethoden wie Physiotherapie oder Medikamente werden Ihnen anfangs

über Schmerzen hinweghelfen, jedoch sind diese Methoden ab einem bestimmten Grad der Erkrankung ausgeschöpft. Hier hilft in einer Vielzahl der Fälle nur noch ein künstliches Hüftgelenk als Ausweg.

Der Eingriff ist aufgrund langjährig guter Resultate heutzutage schon ein Routineeingriff. Das abgenutzte, natürliche Gelenk wird je nach Erkrankungsgrad und Ursache durch das künstliche Hüftgelenk ersetzt und dient einer dauerhaften Schmerzminderung sowie Wiedererlangung der Beweglichkeit.

Erfahren Sie im Folgenden, wie Sie sich am besten für eine Operation vorbereiten können und was Sie nachträglich für eine schnelle Genesung tun können.

An **alles** gedacht?

Vorkehrungen vor der Operation

Noch vor dem Tag der Operation gibt es einige Vorkehrungen, die Sie treffen können, um einen reibungslosen Ablauf für und nach dem Eingriff zu gewährleisten.



Auch Ihr Zuhause können Sie an die neuen Umstände anpassen

» **Muss man sich vor der Operation besonders pflegen oder waschen?** «



Antwort: Es wird empfohlen, vor dem Krankenhausaufenthalt ein ausgiebiges Bad zu nehmen. Das entspannt Körper und Seele. Des Weiteren sollten Sie Finger- und Fußnägel schneiden und eventuell aufgetragenen Nagellack entfernen. Auch Ihre Haare sollten Sie nochmal gründlich waschen, da Sie nicht unmittelbar postoperativ duschen können. Zuletzt sollten Sie sich frische Unterwäsche anziehen und zum Wechseln einpacken.

Vorbereitungen für die Zeit, wenn Sie nach der OP wieder nach Hause kommen:

- Entfernen Sie lose Kabel, kleine Läufer oder Teppiche, die zu Stolperfallen werden können
- Stellen Sie alle häufig gebräuchlichen Gegenstände in eine für Sie gut zu greifende Reichweite
- Nehmen Sie sich eine Greifzange und Umhängetasche, um leichter an Gegenstände zu gelangen und diese anschließend problemlos tragen zu können
- Statten Sie Dusche und/oder Wanne mit rutschfesten Aufklebern und Griffen aus und richten Sie eine Toilettensitzerhöhung ein
- Informieren Sie Freunde und Verwandte über den bevorstehenden Eingriff und klären Sie, wer Ihnen nach der Operation bei Tätigkeiten wie Einkaufen und Putzen unter die Arme greift
- Üben Sie den Umgang mit Gehhilfen
- Kochen Sie kleine Portionen vor

Vorbereitungen für den Eingriff:

- Reduzieren Sie eventuelles Übergewicht und verzichten Sie auf Alkohol und Zigaretten
- Ernähren Sie sich ausgewogen und nehmen Sie viel Obst und Gemüse zu sich

Vorbereitungen für den Krankenhausaufenthalt:

- Nehmen Sie z.B. Bücher, Zeitschriften oder Musik zum Zeitvertreib mit
- Bequeme, weite Kleidung, ein Bademantel sowie Badeschuhe gehören unbedingt in Ihre Tasche
- Packen Sie komfortables und haltgebendes Schuhwerk ohne Absätze oder ähnliches ein
- Lassen Sie besonders wertvolle Gegenstände und Bargeld möglichst zu Hause

Eingriff und Krankenhausaufenthalt

Kein Grund zur Besorgnis

Die gesamte Dauer des Krankenhausaufenthaltes beträgt in der Regel ein bis zwei Wochen, wobei die tatsächliche Aufenthaltsdauer individuell verschieden ausfallen kann.

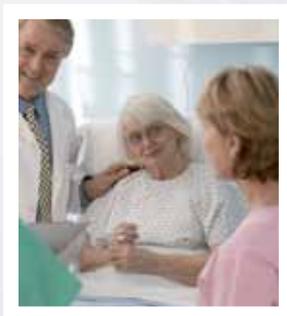
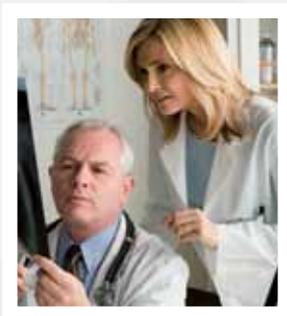
Am Tag Ihrer Operation

werden Sie durch das Krankenhauspersonal noch einmal ausführlich über die bevorstehende Operation unterrichtet und in Ihr Zimmer gebracht. Hier bietet sich Ihnen nochmals die Gelegenheit, alle bis dato unbeantworteten Fragen zu klären.

Der Eingriff selbst

dauert bei reibungslosem Ablauf ein bis zwei Stunden. Die Wahl der Narkose, also Teil- oder Vollnarkose, besprechen Sie im Voraus mit dem Narkosearzt (Anästhesisten). Er geht auf Ihre individuellen Gegebenheiten ein. Ebenfalls vorab klärt Sie Ihr Arzt über die Risiken und eventuellen Komplikationen auf.

Unmittelbar vor der Operation werden Sie in die OP-Abteilung gebracht und bekommen dort die vorher vereinbarte Narkoseart verabreicht.



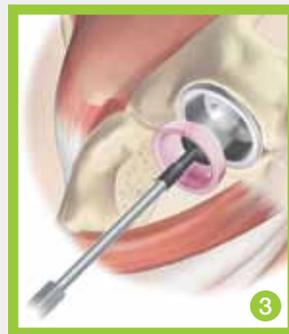
Der OP-Ablauf

Die passende Prothese wird mit Hilfe von Röntgen-
schablonen im Rahmen einer gründlichen Planung vor der
Operation und während der Operation bestimmt. Im Verlauf
der Operation wird der Oberschenkelkopf abgetrennt und
entfernt **1**. Anschließend wird der Markkanal im Ober-
schenkelknochen aufgebohrt und aufgeraspelt für eine
optimale Platzierung des Hüftschafes **2**.



Die Hüftpfanne wird wiederum vorbereitet für die Implantation
der Pfannenkomponenten Pfanne und Inlay **3**. Im letzten
Schritt werden alle Komponenten des künstlichen Hüftgelen-
kes eingebracht und exakt aneinander angepasst **4**.

**Der genaue Ablauf (mit oder ohne Zementierung) und
die Platzierung des künstlichen Hüftgelenkes werden
Ihnen durch den Chirurgen genau erläutert.**

**Zementierte oder zementfreie Verankerung**

Der Prothesenschaft und die Pfanne werden in den
präparierten Knochen eingesetzt. Die Verankerung erfolgt
entweder mit oder ohne Knochenzement.

Beim Knochenzement handelt es sich um einen Kunststoff,
der den Schaft und die Pfanne dauerhaft im Knochen ver-
ankert. Bei der zementfreien Befestigung werden meistens
Prothesenkomponenten aus Titan verwendet. Ihre rauen
Oberflächen ermöglichen das Einwachsen von Knochen in
die Prothese. Das heißt, der Halt einer Prothese entsteht
entweder durch vom Körper neu gebildete Knochen-
substanz oder so genannten Knochenzement.

Schmerzen nach der OP

Es ist völlig normal, wenn Sie sich nach dem Aufwachen
aus der Narkose erschöpft fühlen. Denn solch ein Eingriff
strapaziert den Körper und nimmt ihm Energie. Auch phy-
sische Schmerzen und die Wunde werden Sie spüren,
dagegen werden Ihnen dann die entsprechenden Schmerz-
mittel gegeben, welche individuell nach Ihrem Schmerz-
empfinden dosiert werden können. Welche Art von
Schmerzmitteln und in welcher Form diese verabreicht
werden, hängt ebenfalls von Ihren persönlichen Umständen
ab. Das Pflegepersonal steht Ihnen hier bei Fragen gern zur
Seite.



Anhand von Röntgenbildern und
Schablonen wird manuell und digital
mit Hilfe einer speziellen Software die
passende Implantatgröße bestimmt



Bleiben Sie **ruhig** in Bewegung

Behandlung nach der Operation und Nachsorge zu Hause

Frühmobilisierung ist wichtig, um den Heilungsprozess zu beschleunigen und Komplikationen zu verhindern.

Der Physiotherapeut zeigt Ihnen verschiedene Übungen, die Sie einige Tage postoperativ ausführen sollten, um das Hüftgelenk schnellstmöglich wieder in Bewegung zu versetzen. Zu Hause werden Sie die Einheiten dann selbstständig ausführen.

Neben den Übungen des Physiotherapeuten sind auch die alltäglichen Bewegungsabläufe essentiell für eine optimale Genesung:

- Beugen und Strecken mobilisiert Ihr Gelenk auf schonende Weise
- Tragen von flachem Schuhwerk
- Beim Treppensteigen immer zuerst die nicht operierte Seite benutzen
- Nach 6 Wochen können Sie nach Absprache mit Ihrem Arzt wieder Auto- und Radfahren
- Wandern ist nach der Genesungszeit wieder gestattet

» **Wann kann ich nach der Operation meinen Beruf wieder voll ausüben?** «



Antwort: Die Arbeitsfähigkeit hängt unter anderem vom Beruf ab. Viele Patienten mit einem stehenden oder gehenden Beruf kehren nach etwa 12 Wochen wieder an ihren Arbeitsplatz zurück. Bei anderen Berufen ist auch eine frühere Rückkehr möglich.

Ihr Bewegungsablauf sollte besonders vorsichtig und kontrolliert vollzogen werden. Achten Sie deshalb z.B. besonders darauf, den Fuß richtig abzurollen, längere Strecken mit Gehhilfen zurückzulegen sowie bequeme und feste Schnürschuhe zu tragen. Extreme Belastungen sollten ganz vermieden werden.

Bitten Sie am besten auch Familienmitglieder oder Freunde um Unterstützung bei täglichen Abläufen. Die wichtigsten Vorkehrungen und Tipps für einen reibungslosen Heilungsprozess finden Sie außerdem auf Seite 6.



Diese Dinge sollten Sie unbedingt bis **12 Wochen** nach der OP **vermeiden**:

- Stoßbelastungen sowie Hocken oder Hinknien
- Hinsetzen auf tiefe Stühle, Sessel und Parkbänke
- Übereinanderschlagen der Beine
- Umdrehung auf dem operierten Bein
- Tragen und Heben von Lasten
- Kraftanstrengungen durch schwere körperliche Belastung
- Hohe Gewichtszunahme



Zurück ins **aktive** Leben

Mit Biomet in die Zukunft

Ihre Mitarbeit entscheidet maßgeblich über den Erfolg der Operation.

Eine frühe Mobilisierung – bereits am ersten oder zweiten Tag nach dem operativen Eingriff – ist wichtig. Intensive Krankengymnastik fördert den Muskelaufbau sowie die Beweglichkeit und dient der langfristigen Gelenkstabilität. Bewegung ist also das A und O für eine rasche und nachhaltige Genesung. Damit ist eine gezielte und wohldosierte Beanspruchung gemeint. Sobald Schmerzen auftreten, sollte das Training unterbrochen werden.

In der ersten Zeit nach der Operation sollten Sie sich mit einem künstlichen Gelenkersatz bewusst und aufmerksam bewegen und extreme Belastungen vermeiden. Über die Dauer des Laufens mit Gehstützen entscheidet der Arzt, ebenso über geeignete sportliche Aktivitäten.

Der Deutsche Sportärzteverband empfiehlt im Allgemeinen für Endoprothesenträger Sportarten wie Schwimmen, Gymnastik, Radfahren und Wandern.

Empfohlen werden folgende Sportarten:

- Radfahren
- Schwimmen
- Wandern
- Rudern
- Leichte Gymnastik

Es gibt jedoch auch einige Sportarten, von denen der Deutsche Sportärzteverband abrät:

- Ballsportarten (Tennis, Fußball)
- Skilauf
- Reiten
- Leichtathletik

Sportarten, die Sie vor der Ausübung mit Ihrem Arzt besprechen sollten:

- Skilanglauf
- Jogging
- Golfspielen



Praktisch: Für Sie zum Herausschneiden

Checkliste – Nicht vergessen!

Erforderliche Unterlagen und Maßnahmen für die Krankenhausaufnahme

- Ärztliches Einweisungsschreiben**
- Röntgenbilder und ggf. weitere Krankenunterlagen**
- Falls vorhanden: Röntgenpass, Allergiepass**
- Täglich einzunehmende Medikamente**
- Falls vorhanden: Gehstützen**



Verweise zu Patientenforen

Informieren Sie sich bei Bedarf auch in speziellen Foren bezüglich Gesundheit und Krankheit. Manchmal kann es hilfreich und aufbauend sein, Erfahrungen auszutauschen. Hier können Sie alle noch nicht geklärten Fragen und Anregungen mitteilen.

Beispiele für unabhängige und seriöse Foren finden Sie hier:

- Deutsche Arthrose Stiftung: <http://www.deutsches-arthrose-forum.de>
- Deutsche Arthrose-Hilfe e.V.: <http://www.arthrose.de>

Rechtliche Hinweise: Biomet ist Hersteller orthopädischer Implantate und praktiziert nicht im medizinischen Bereich. Nur ein orthopädischer Chirurg kann beurteilen, welche Behandlung für Sie geeignet ist. Die individuellen Ergebnisse bei Gelenkersatzoperationen können variieren. Die Lebensdauer eines Implantats hängt immer auch von Ihrem Körpergewicht, Alter, Aktivitätsgrad und anderen Faktoren ab. Weitere Informationen über Risiken, Warnhinweise und mögliche Nebenwirkungen erhalten Sie von Ihrem Operateur. Befragen Sie grundsätzlich Ihren Arzt über Ihren persönlichen Gesundheitszustand und Ihre individuellen Behandlungsoptionen.

Sofern nicht anders vermerkt, sind alle aufgeführten Handelsmarken Eigentum der Biomet, Inc. und deren verbundene Unternehmen.

Vertrieb Deutschland

Biomet Deutschland GmbH
Gustav-Krone-Str. 2
D-14167 Berlin
Tel.: +49 / 30 / 845 81-0
Fax: +49 / 30 / 845 81-110
www.biomet.de

Vertrieb Österreich

Biomet Austria GmbH
Breitwies 1
A-5303 Thalgau
Tel.: +43 / 62 35 / 200 33-0
Fax: +43 / 62 35 / 200 33-9
www.biomet.at

Vertrieb Schweiz

Biomet Orthopaedics Switzerland GmbH
Riedstr. 6
CH-8953 Dietikon
Tel.: +41 / 44 / 200 76 00
Fax: +41 / 44 / 200 76 01
www.biometorthopaedics.ch