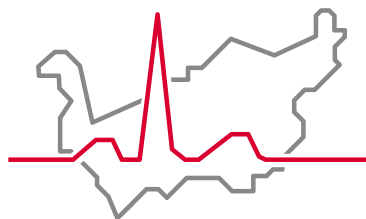


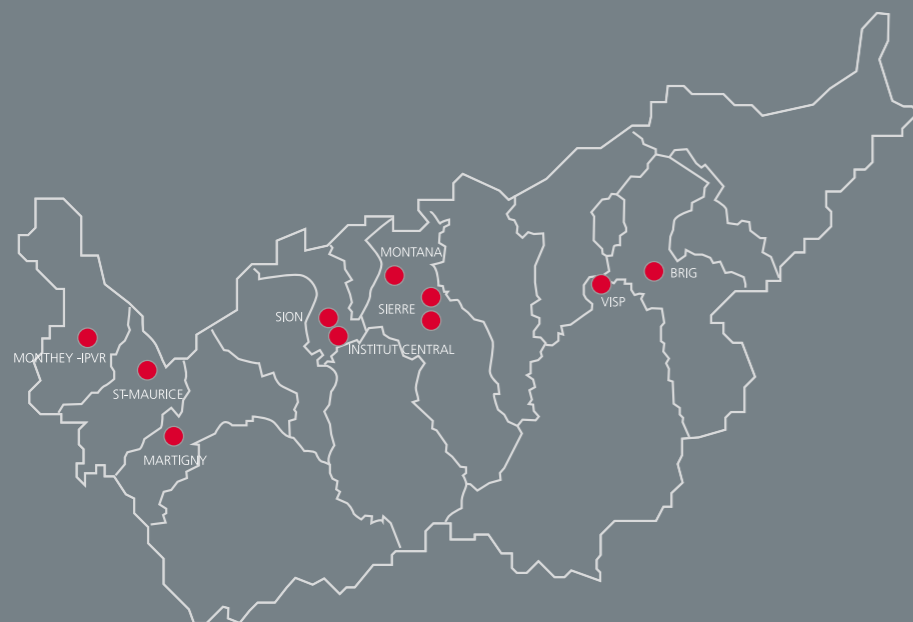
Prothèse Totale de Hanche

Informations patients

HÔPITAL DE MARTIGNY



Hôpital du Valais
Spital Wallis



Impressum

Editeur: Hôpital du Valais (RSV), Direction générale, Communication, 1950 Sion
Auteur: Hôpital de Martigny, Service d'orthopédie et de traumatologie de l'appareil locomoteur, 1920 Martigny
Graphisme: Eddy Pelfini Graphic Design, Sion
Photos: Th. Andenmatten, Hôpital du Valais (RSV), J. Faiss
Impression: Imprimerie Mengis SA, Viège
Réf.: 628440 – 09/2012

- 04 **Introduction**
- 05 **Votre maladie: la coxarthrose**
- 06 **Intervention chirurgicale**
 - Technique chirurgicale
 - Risques et avantages
- 08 **Préparation pour l'intervention**
- 09 **Hospitalisation**
 - La veille de l'intervention
 - Le jour de l'intervention
 - Le lendemain de l'intervention
 - Préparation à la sortie
- 15 **Questions fréquentes (FAQ)**
- 18 **Information sur les échéances**

INTRODUCTION

Vous allez bientôt entrer à l'Hôpital du Valais pour être opéré de la hanche. Votre chirurgien vous implantera une Prothèse Totale de Hanche (PTH).

Cette brochure vous rappelle les points les plus importants des différentes phases du traitement.

Votre situation exigera peut-être quelques modifications du programme décrit dans ces pages. Elles vous seront précisées et expliquées le moment venu.

Le succès de l'intervention dépend de l'effort commun de toute une équipe. Celle-ci est constituée de votre chirurgien, des assistants et chefs de clinique, du médecin anesthésiste, des infirmières, des physiothérapeutes, des ergothérapeutes et de tout le personnel hospitalier. En tant que patient, vous faites partie intégrante de cette équipe et votre participation est indispensable dans la phase de rééducation.



VOTRE MALADIE: LA COXARTHROSE

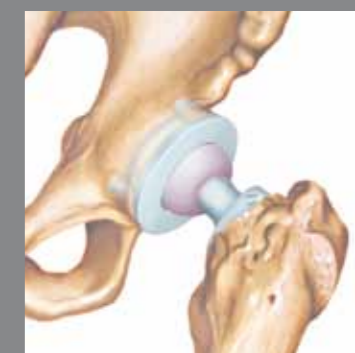
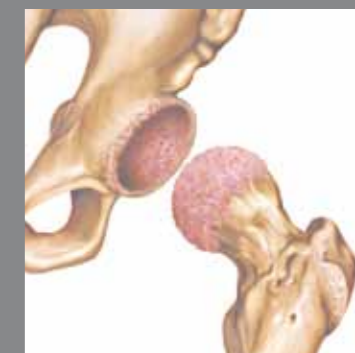
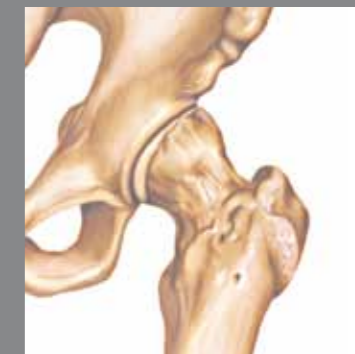
L'articulation de la hanche est formée de deux parties et permet, grâce à sa forme, une grande liberté de mouvement. La tête du fémur s'emboîte dans le cotyle qui appartient au bassin.

La stabilité d'une hanche normale est assurée par l'emboîtement parfait entre la tête du fémur et le cotyle, par la musculature autour de l'articulation ainsi que par la capsule articulaire.

Qu'est-ce que l'arthrose ?

L'arthrose est une affection articulaire dégénérative, c'est-à-dire une diminution progressive du cartilage. L'origine de cette maladie est dans la majorité des cas inconnue. Il existe cependant quelques prédispositions telles qu'une malformation de la hanche à la naissance, des maladies spécifiques de l'enfance ou des séquelles de traumatisme.

Les signes de l'arthrose sont les douleurs, l'enraidissement des mouvements de la hanche, une boiterie et parfois des douleurs dans le genou.





Technique chirurgicale

Les prothèses totales de hanche ont pour but de remplacer l'articulation de la hanche détruite. Elles sont constituées de deux implants indépendants l'un de l'autre: une pièce fémorale et une cupule cotyloïdienne.

Pièce fémorale: tête fémorale métallique ou céramique sur une tige fémorale

Cupule cotyloïdienne: cupule hémisphérique en polyéthylène, métal ou céramique

L'implantation d'une prothèse, quelle que soit l'approche chirurgicale choisie, affaiblit les ligaments et les muscles ce qui nécessite une rééducation spécifique durant les premiers jours suivant l'intervention.

Risques et avantages

Lors de toute intervention, il existe des risques généraux liés aux infections, hématomes, thromboses, pour ne citer que les plus fréquents.

Il existe également quelques risques résultant de l'anesthésie. Ils vous seront exposés lors de la visite préopératoire.

Parmi les complications spécifiques, on retrouve une différence de longueur des membres inférieurs, une luxation de la prothèse, des fractures autour de la prothèse ou encore des lésions des muscles, des vaisseaux ou des nerfs.

D'autres risques plus exceptionnels peuvent survenir.

Les progrès de la chirurgie tendent à diminuer les risques liés à l'opération. Les incisions chirurgicales, de plus en plus petites et de nouvelles techniques diminuent l'agression des muscles, des vaisseaux sanguins et des nerfs, sans toutefois les éliminer complètement. La préservation des muscles a pour avantage une récupération plus rapide de l'autonomie, un risque diminué de luxation ainsi que des douleurs postopératoires réduites.

Les avantages principaux de l'implantation d'une prothèse totale de hanche sont: la réduction de la douleur articulaire, la récupération de la mobilité perdue ainsi que l'amélioration de la qualité de vie.

PRÉPARATION POUR L'INTERVENTION

Avant l'intervention, vous serez convoqué pour une visite préopératoire. Lors de cette consultation, des médecins anesthésistes vous transmettront les informations relatives à votre anesthésie et vous feront subir un contrôle général en collaboration avec votre médecin traitant. Au préalable, vous aurez certainement été convoqué par votre médecin traitant qui réalisera les examens de base nécessaires à votre consultation préopératoire.

Vous recevrez un savon antiseptique que vous devrez utiliser la veille de votre hospitalisation, pour vous doucher et vous laver les cheveux.

Munissez-vous de cannes anglaises, de chaussures fermées (antidérapantes) et d'un survêtement confortable (training).



HOSPITALISATION

L'équipe médicale et soignante mettra tout en œuvre pour que votre hospitalisation se passe dans les meilleures conditions possibles et que votre rééducation se fasse de manière optimale.

Vous serez également suivi par nos physiothérapeutes qui, en accord avec votre chirurgien, prendront en charge votre rééducation. Cette dernière aura pour but de vous permettre de récupérer rapidement une autonomie et de favoriser votre retour à domicile.

La veille de l'intervention

A votre arrivée, vous serez accueilli dans le service par une infirmière qui vous installera en chambre. Elle vous expliquera le déroulement de votre séjour et effectuera la préparation pré-opératoire en particulier le rasage.

Un physiothérapeute viendra vous voir pour régler vos cannes et vous apprendre à marcher avec elles, notamment dans les escaliers. Les exercices de tonification et de renforcement vous seront également expliqués. On vous donnera aussi les informations et conseils importants au bon déroulement de votre rééducation.

Vous devrez rester à jeun dès minuit, c'est à dire «sans manger – sans boire – sans fumer».

Le jour de l'intervention

Le jour de votre opération, vous serez transféré au bloc opératoire et pris en charge par l'équipe chargée de votre opération.

L'intervention dure environ deux heures. Vous rejoindrez ensuite la salle de réveil où vous serez surveillé pendant quelques heures, avant de regagner votre chambre.

Vous serez couché sur le dos, les jambes légèrement écartées, le membre opéré placé dans une attelle en mousse.

Vous aurez un pansement sur le haut de la cuisse. Un ou plusieurs drains d'aspiration peuvent être posés et maintenus 24 à 48 heures pour évacuer tous saignements éventuels.

Un soin particulier est apporté au traitement de la douleur. N'hésitez pas à vous adresser au personnel soignant pour obtenir un antalgique supplémentaire. Des contrôles post-opératoires réguliers et systématiques seront effectués par les infirmières.



Le lendemain de l'intervention

Votre chirurgien vous transmettra toute recommandation particulière et les conseils spécifiques à votre situation.

Dès le premier jour postopératoire, vous recevrez la visite quotidienne des médecins, d'un(e) physiothérapeute et, si nécessaire, d'un(e) ergothérapeute. Dans un premier temps, le physiothérapeute mettra l'accent sur une tonification de la musculature du membre opéré, sur la mobilité de votre hanche et sur une rééducation à la marche.

Le premier lever sera effectué par le physiothérapeute. La rééducation à la marche pourra être entreprise avec des cannes anglaises en chargeant le membre opéré selon la douleur.

Vous pourrez quitter l'hôpital dès récupération de votre autonomie (entre trois et dix jours). L'ergothérapeute interviendra en cas de difficultés pour la réalisation de vos activités de la vie quotidienne (se laver, s'habiller, etc.) ou si vous avez besoin de conseils pour adapter votre domicile.

Si vous ne pouvez pas directement rentrer à domicile, une suite de traitement sera organisée dans un centre de traitement et de rééducation (CTR).

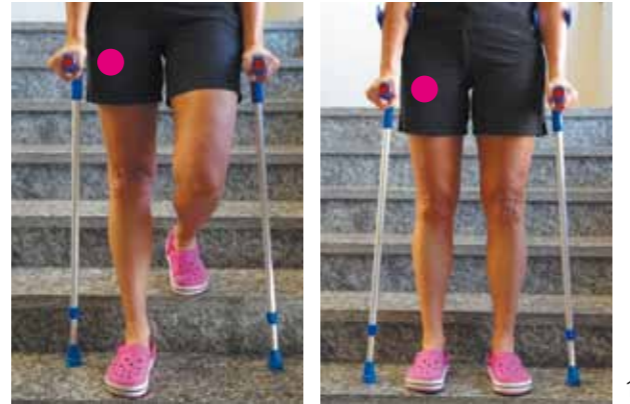
Dans tous les cas et pour faciliter votre rééducation, nous vous proposons les **exercices décrits aux pages suivantes**:



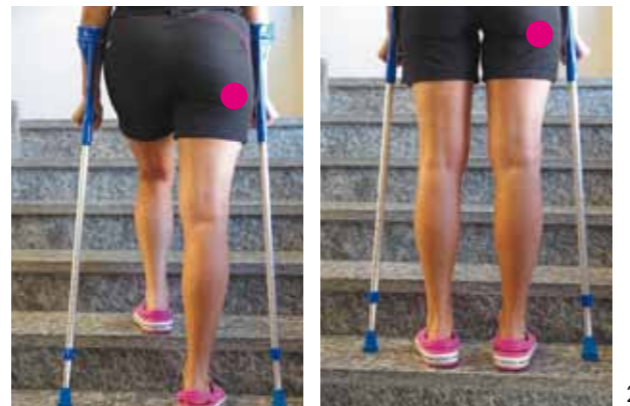
Exercices quotidiens: au moins 1 heure de marche en dehors de votre domicile.

Exercices à domicile: monter/descendre les escaliers

1. Descendre les cannes → descendre la jambe opérée → descendre la jambe saine
2. Monter la jambe saine → monter la jambe opérée → monter les cannes
3. Garder les cannes à la hauteur de la jambe opérée



1



2



3

Exercices de mobilisation et de tonification (chaque heure):

1. Couché: tenir la contraction 10 secondes, relâcher. 10 répétitions.
2. Couché, gymnastique circulatoire: tirer le pied (vers le haut) en direction de la tête, relâcher. 30 répétitions rapides.
3. Couché, flexion du genou: plier le genou et glisser le talon en direction de la fesse (sans basculer le genou sur les côtés), allonger. 10 répétitions.
4. Assis (dos droit) extension de genou: monter et redescendre le pied. 10 répétitions.
5. Debout, flexion du genou: monter et redescendre le pied. 10 répétitions.
6. Debout (garder les pieds parallèles), abduction de hanche: monter la jambe, rester quelques secondes, redescendre. 10 répétitions.



1
2



3



4



5



6



Préparation à la sortie

Les documents ci-dessous vous seront remis:

- la date de votre prochain rendez-vous chez votre chirurgien
- une ordonnance pour des médicaments antidouleurs et de prévention des thromboses
- év. une ordonnance pour le renouvellement de vos médicaments habituels
- un rapport médical à remettre à votre médecin traitant ou au personnel du CTR
- év. un certificat médical

QUESTIONS FRÉQUENTES (FAQ)

Je suis sous Aspirine Cardio ou Plavix, dois-je arrêter le traitement pour mon intervention ?

Il n'est pas nécessaire d'arrêter l'Aspirine Cardio. Par contre, le Plavix peut provoquer des saignements et, en général, il est préférable que ce médicament soit arrêté. Chaque cas est particulier et doit être discuté avec votre chirurgien et votre cardiologue.

Dois-je m'épiler avant de venir à l'hôpital ?

Non, le personnel infirmier procèdera à l'épilation. Si vous effectuez vous-même votre épilation, il peut arriver qu'il y ait des lésions cutanées qui nécessiteraient alors le report de votre intervention.

Quelle sera ma durée d'hospitalisation ?

Celle-ci varie en fonction de votre état général et de votre rapidité de récupération. On peut considérer qu'une semaine, plus ou moins quelques jours, est une durée normale.

Quand les agrafes ou les fils seront-ils retirés ?

2 semaines après l'opération soit chez votre médecin traitant soit dans le cadre de votre séjour en CTR.

Que dois-je faire si la cicatrice est devenue rouge, douloureuse ou s'il y a un écoulement ?

Cette situation peut laisser suspecter une infection et il est alors nécessaire de prendre contact avec votre chirurgien au plus vite.

Dois-je prendre des médicaments pour éviter une thrombose ?

Oui, vous recevrez une ordonnance à votre sortie de l'hôpital pour un médicament de prévention des thromboses à prendre, sauf exception, par la bouche.

Dois-je effectuer des contrôles sanguins à ma sortie de l'hôpital ?

Des indications spécifiques vous seront données en fonction du taux d'hémoglobine observé durant l'hospitalisation et du type d'anticoagulation que vous recevrez.

Dois-je effectuer de la physiothérapie à ma sortie de l'hôpital ?

Il n'est pas nécessaire de suivre des séances de physiothérapie spécifiques, les exercices personnels décrits dans la brochure sont suffisants.

Puis-je prendre une douche ou un bain et, si oui, comment dois-je entrer et sortir ?

La douche pourra être prise dès que les agrafes seront retirées et qu'il n'y aura plus d'écoulement de plaie. Nous vous conseillons de vous équiper d'un tapis antidérapant. Pour la suite, pour le bain, nous vous conseillons une planche de bain dont l'utilisation vous sera expliquée par les ergothérapeutes ou les physiothérapeutes.

Faut-il un élévateur de WC ?

Un surélévateur de WC n'est pas indispensable. Le service d'ergothérapie vous donnera les instructions nécessaires pour le bon usage des WC.

Combien de temps dois-je garder les cannes ?

La durée est variable en fonction des douleurs et de l'état général. La norme varie de 3 semaines à 3 mois.

Quand puis-je conduire à nouveau ?

En principe lorsque vous êtes capable de marcher sans canne.

Comment faut-il ramasser un objet par terre ?

Tendez la jambe opérée en arrière, prenez un appui stable avec le membre supérieur, penchez-vous et ramassez l'objet. Si cette technique ne vous convient pas, vous pouvez faire appel à l'ergothérapeute qui vous fournira une pince à long manche pour éviter de vous courber.

Comment dois-je mettre mes souliers, mes chaussettes, mon pantalon, etc. ?

Si vous ne ressentez pas de douleur, vous pouvez les mettre comme à votre habitude. Privilégiez des chaussettes fermées, antidérapantes, sans attache ou avec un système simple (velcro, fermeture éclair, etc.). Choisissez des chaussettes suffisamment grandes.

En cas de limitation pour l'habillement, vous pouvez contacter l'ergothérapeute qui vous fournira des moyens auxiliaires adaptés pour l'habillement.

Comment se relever du sol en cas de chute ?

1. Garder son calme
2. Se tourner sur le côté sain
3. Une fois en position « quatre pattes » se relever en pliant la jambe saine et si possible prendre appui avec les membres supérieurs

Y a-t-il des positions à éviter ?

Il faut éviter de croiser les jambes, de faire des mouvements extrêmes en flexion et rotation interne et tous mouvements douloureux.

Quand puis-je reprendre mes activités sexuelles ?

Lorsque votre mobilité de hanche et les douleurs le permettent en évitant les mouvements extrêmes.

Quel type d'activité sportive puis-je faire après une prothèse de hanche ?

Cela varie en fonction de votre entraînement préalable et de votre technique spécifique pour le sport souhaité. La marche, la natation, le vélo et la course à pied peuvent être repris entre 3 et 6 mois après l'intervention. La pratique du ski est réservée aux très bons skieurs sur des pistes bien préparées.

Dois-je prendre une antibiothérapie lors d'un traitement dentaire ?

Selon les dernières recommandations, il n'est plus nécessaire de prendre une antibiothérapie lors d'un traitement dentaire simple, excepté en cas de présence d'un abcès révéle.

Est-ce qu'en tant que porteur de prothèse le matériel sera détecté dans les aéroports ?

En fonction de la sensibilité des appareils de chaque pays, la prothèse sera ou non détectée. Nous vous conseillons de vous munir d'une copie d'une radiographie à montrer au service de contrôle ce qui facilitera votre passage dans les aéroports.

Quelles est la durée de vie d'une prothèse de hanche ?

Cette durée varie en fonction de son utilisation mais on peut considérer, actuellement, que 90% des prothèses sont encore en place à satisfaction 20 ans après leur pose.

INFORMATION SUR LES ÉCHÉANCES

Début

- Entretien avec le chirurgien orthopédiste
- Décision de réaliser l'opération
- Communication de la date de l'opération
- Communication du rendez-vous avec l'anesthésiste

Entre 2 à 4 semaines avant l'opération

- Visite chez votre médecin généraliste. Entretien avec l'anesthésiste, prise de sang, électrocardiogramme, radiographie, examens médicaux et évaluation de la nécessité d'une rééducation.

Entrée à l'hôpital

- Entrée à l'hôpital la veille de votre intervention

Environ 5 jours après l'opération

- Retour à domicile

6 semaines après l'opération

- Radiographie et contrôle lors d'un entretien avec votre chirurgien orthopédiste.

3 mois après l'opération

- Radiographie et contrôle lors d'un entretien avec votre chirurgien orthopédiste.

1 an après l'opération

- Radiographie et contrôle lors d'un entretien avec votre chirurgien orthopédiste.

5 ans après l'opération

- Radiographie et contrôle lors d'un entretien avec votre chirurgien orthopédiste. Par la suite, un contrôle est recommandé tous les cinq ans.

VISITES ET CONTACTS

Les horaires pour vos visites sont les suivants:

Chambre privée: de 10h00 à 20h00

Chambre commune: de 13h00 à 16h00
et de 18h30 à 20h00

Merci de respecter ces horaires qui permettront au personnel hospitalier de vous apporter les soins nécessaires à votre prompt rétablissement.

Service de la polyclinique et d'orthopédie

Téléphone 027 603 98 06

Service de physiothérapie

Téléphone 027 603 94 39

Service d'ergothérapie

Téléphone 027 603 98 62

Hôpital du Valais (RSV)

Hôpital de Martigny

Av. de la Fusion 27

1920 Martigny

Téléphone 027 603 90 00

Fax 027 603 96 06

