

Rehabrutin höftledsprotesoperation

Regim för patienter opererade med primärprotes i höftled vecka 0-12 efter operationen:

- Patienten får belasta fullt
- Patienten får ta sig i och ur säng på valfri sida
- Patienten får ligga på valfri sida med en stor kudde mellan knäna. Oftast kan patienten inte ligga på den opererade sidan innan stygnen är tagna.
- Sittdynor provas ut individuellt beroende på patientens längd då man ska undvika att sitta alltför lågt.
- Förhöjningar av säng och toalett provas ut individuellt, men armstöd underlättar uppresning och nedsittning.
- Patienten ska respektera smärta och rörelsemotstånd i höften vilket oftast innebär att hen behöver klä på/av byxor, strumpor och skor med hjälp av griptång, strumppådragare och långt skohorn.
- Om patienten har fått en **ocementerad** protes **ska** gånghjälpmedel (2 st kryckkäppar, rollator eller betastöd) användas i minst 6 veckor efter operationen).
- Patienter med **cementerad** protes ska använda gånghjälpmedel till dess att de inte haltar längre och har bra balans, vanligtvis 6 veckor. När patienten är stadig kan en kryckkäpp användas inomhus i den icke opererade sidans hand.

Patienten ska avrådas för all framtid att:

- Regelbundet hoppa eller springa
- Regelbundet utsättas för kraftiga vibrationer.
- Regelbundet bära mer än 15 kg.

Om patienten har haft en bakre luxation, är revisionsopererad eller behandlade med spolning gäller även:

Patienten får inte böja mer än 90° i höften vare sig i sittande, stående eller liggande, inte heller inåtrotera i höften eller lägga benen i kors. Det innebär att patienten inte får nå med händerna nedanför knäna och ska därför använda hjälpmedel vid på och avklädning. Fungerar inte det ska hen ha hjälp med detta.

Om patienten har haft en främre luxation gäller även:

Patienten får inte extendera, abducera eller utåtrotera i höften.

Ändringshistorik

Datum	Ändring	Utförd av
2022-03-04	Länk till Smittskydd och vårdhygien uppdaterad. Namn på verksamhetschef uppdaterat.	Gill Albertsson
2022-03-25	Tillagt vad som gäller vid luxationer, frakturprotes och revisionsplastiker	Cecilia Madebrink
2024-08-20	Underrubrik "Att tänka på efter en <i>planerad</i> höftledsprotosoperation; ordet "planerad" borttaget. "Patienter med frakturprotes" borttaget i texten.	Anders Linge
2024-10-04	I rubriken ordet "planerad" borttaget. Uppdatering vad som gäller vid ortosförsörjning.	Anders Linge/Frida Olsson
2025-06-13	Rubrik på PM ändrad. (Tidigare "Att tänka på efter en höftledsoperation"). Under rubrik "Regim..." Det som gäller belastning och gånghjälpmedel är uppdaterat. Uppdatering gällande luxationer. Tillagt stycket om vad som gäller om patienten haft en främre luxation. Restriktionerna uppdaterade.	Cecilia Madebrink/ Johanna Ekelund