

Parc Taulí Sabadell
Hospital Universitari
Hospital de Sabadell



Información sobre la cirugía de prótesis de cadera

Intervención y recuperación rápida


MBA[®] Walkway
PROGRAM

Información sobre la cirugía de prótesis de cadera

Intervención y recuperación rápida



Cirugía protésica de cadera

La intervención consiste en sustituir la superficie del extremo del fémur (el hueso del muslo) y de la pelvis por componentes artificiales denominados prótesis. Esta cirugía acostumbra a durar entre una y dos horas. En la mayoría de los casos, la intervención se realiza en tres pasos:

- Incisión para exponer la articulación de la cadera.
- Extirpación del cartílago y el hueso afectado en la cadera.
- Fijación de la prótesis al fémur y a la pelvis.

Aunque poco frecuentes, la cirugía de prótesis de cadera puede suponer algunos riesgos para el paciente. Estos se detallan en el consentimiento informado que habrá de firmar antes de la intervención. Si tiene cualquier pregunta al respecto, consúltela con el equipo asistencial.

Vía rápida para su recuperación

Los programas de recuperación precoz para la cirugía de prótesis de cadera se comenzaron a aplicar hace más de diez años y, actualmente, su éxito está avalado por numerosos estudios científicos.

Los programas de recuperación precoz están orientados a maximizar los cuidados del paciente (antes, durante y después de la hospitalización) con el objetivo de reducir la morbilidad, el tiempo de hospitalización y la convalecencia prolongada del paciente.

Nuestro programa de recuperación precoz puede ayudarlo a estar en buenas condiciones para recibir el alta médica pocos días después de la cirugía.



Su colaboración es esencial para su rápida recuperación

Es necesario que:

- Busque apoyo familiar o externo para su estancia en el hospital y para los primeros días de la recuperación tras el alta hospitalaria.
- Siga las instrucciones que el equipo médico le facilitará antes de la operación, durante su estancia hospitalaria y para el período posterior de convalecencia en su domicilio.
- Cuide su estado de salud y manténgase activo para estar en las mejores condiciones de recuperación después de la cirugía.



Información útil para la preparación de la cirugía de prótesis de cadera

Recuerde en todo momento



No está incapacitado. Se esforzará en hacer vida diaria desde el primer día de su operación de cadera.



Puede tener dolor después de la intervención. Los profesionales sanitarios le ayudarán a controlarlo.



Deberá llevar muletas en el hospital. Comenzará a andar desde el primer día.

¿Qué debe llevar al hospital?



Calzado adecuado: zapatos o zapatillas cerradas.
Ropa cómoda, amplia (que no le apriete).



Un juego de toallas.
Un neceser de higiene personal (gel y esponja de baño, pasta y cepillo de dientes, maquinilla de afeitar, colonia...).



Otros efectos personales que utilice habitualmente como gafas, lentes de contacto, audífonos, dentadura postiza...

Tenga cuidado con sus objetos personales. El hospital no se puede hacer cargo de su custodia.

No lleve objetos de valor que no sean necesarios y que pueda extraviar.



La medicación que esté tomando actualmente.

Su recuperación es un objetivo común.
Se necesita de su compromiso, su
colaboración y la de su cuidador.

El día de la intervención



6 horas antes de la intervención: no puede comer y únicamente puede beber agua (ni zumos, ni leche, ni bebidas alcohólicas).



2 horas antes de la intervención: no puede beber nada.



2 horas antes del ingreso: dúchese con jabón neutro. No lleve maquillaje, colonia o perfume, esmalte, pendientes, anillos, piercings...



Ingreso: acuda al hospital a la hora que le hayan indicado. Diríjase al mostrador de información del edificio Taulí y pregunte.

Vaya preparando su regreso a casa



Con el objetivo de reducir el riesgo de caída y ganar comodidad, evite en la medida de lo posible las escaleras, las alfombras y los cables por el suelo.



Disponga de una cama alta, de una silla o sofá alto, firme y estable. Procure que las zonas de paso por las que pueda transitar con muletas o andador se encuentren bien iluminadas. Es mejor tomar duchas que utilizar la bañera. Tenga siempre a su disposición un paquete con hielo (o una bolsa de guisantes congelados).

Ejercicios de preparación para la intervención: Ver tabla de ejercicios en página 8.

Recomendaciones al alta del paciente intervenido de prótesis de cadera



Debe saber

Ha de seguir el programa de rehabilitación ambulatoria indicado por su fisioterapeuta. Al finalizar los ejercicios recuerde aplicar hielo durante 20 minutos, siempre protegiendo la piel del contacto directo con el frío que podría provocarle quemaduras.

Si ha sido dado de alta con un apósito, no moje la herida. Si se diera el caso, séquela adecuadamente, aplique povidona yodada o clorhexidina y tápela con un apósito nuevo.

Si ha sido dado de alta sin apósito, se puede duchar diariamente, incluyendo la zona operada. Séquela bien y cúrela directamente con povidona yodada o clorhexidina.

Se pueden presentar hematomas alrededor de la herida. Es normal y desaparecerán por sí solos.

Utilice medias de compresión media, que habrán de retirarse únicamente por la noche.

Siga la pauta de analgesia que le hayan recomendado y continúe tomando su medicación habitual.

Regresará a su domicilio con tratamiento con heparina subcutánea o de anticoagulante oral. Deberá seguirlo hasta que su médico le indique que puede suspenderlo.

Para subir escaleras, utilice primero la pierna de la cadera sana y después suba las muletas seguidas de la pierna operada. Para bajarlas, baje las muletas al siguiente escalón, después baje la pierna operada y por último la sana.

Caminar es un ejercicio excelente. Debe utilizar muletas hasta que su médico o fisioterapeuta le indique lo contrario. Haga pasos cortos y evite girar sobre su rodilla operada.



Debe evitar

- Sentarse en sillas bajas. Coloque un alza en el inodoro.
- Estar sentado durante mucho rato.
- Permanecer de pie de manera prolongada.
- Cruzar las piernas, arrodillarse.
- Zapatos abiertos y tacones. Utilice zapatos cerrados y con suelas antideslizantes.
- Correr, saltar, deportes de contacto hasta que su médico se lo indique.
- Sobrepeso.
- Conducir hasta que su médico se lo indique.
- Evite abducciones y rotaciones internas de la articulación de la cadera.

Señales de alarma

- Consulte con el especialista o acuda a urgencias si presenta los siguientes síntomas:
- Fiebre mayor o igual a 38°C
- Dolor importante que no cede con la analgesia pautada.
- Herida cada vez más enrojecida, tumefacta y con más dolor e inflamación.
- Exudado por alguna zona de la herida.
- Problemas en la piel.
- Dificultad respiratoria.

Ejercicios tras la cirugía de cadera: Ver tabla de ejercicios en página 8.

Ejercicios

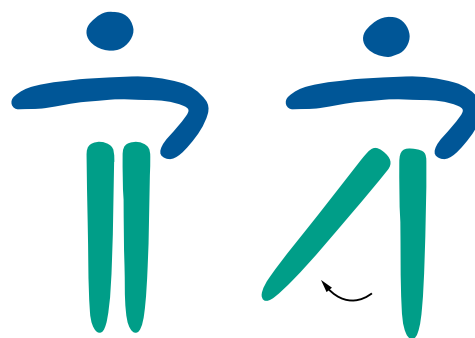
Se recomienda realizar diariamente los cuatro ejercicios siguientes en tres series de 10 a 15 repeticiones por la mañana y otras tres por la tarde.

Adicionalmente, camine un rato cada día.

Ejercicio 1

Sitúese de pie y bien apoyado en una silla o barandilla.

Levante la pierna de la cadera afectada y sepárela todo lo que pueda de la otra.



Ejercicio 2

Siéntese en una silla. Levante el pie con los dedos apuntando hacia el techo.

Estire la pierna y apriete los músculos durante cinco segundos.

Atención

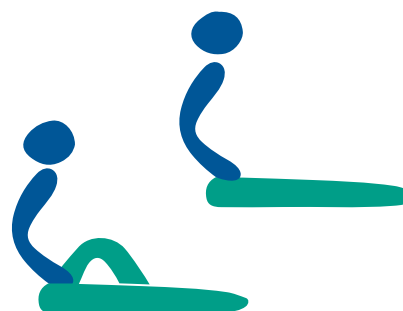
Si tiene problemas de espalda, consulte con su fisioterapeuta antes de realizar este ejercicio.



Ejercicio 3

Acostado en la cama: Levante el pie con los dedos apuntando hacia la cara y después hacia la cama.

Sentado en una silla: Levante el pie con los dedos apuntando hacia el techo.



* Nota / Nota

Recuerde que los ejercicios han de realizarse con la pierna operada, aunque para ilustrar las imágenes de ejemplo, se representan con la extremidad derecha.

