



**OPĆA BOLNICA" DR. TOMISLAV BARDEK" KOPRIVNICA  
JEDINICA SAMOSTALNE DJELATNOSTI ORTOPEDIJE**

**predstojnik dr. Andrej Mraz**

**tel:048/ 251-346**

UB-02-10-ORT

**UPUTE ZA BOLESNIKE  
NAKON UGRADNJE TOTALNE PROTEZE KUKA**

**VJEŽBE**

Kroz prvih nekoliko tjedana nakon operacije osjećat ćete umor, te ćete se postupno vraćati u svakodnevne aktivnosti.

Kroz prva 3 mjeseca ne upravljajte, a kroz 6 tjedana ne putujte osobnim vozilom. Tijekom boravka na odjelu naš fizioterapeut naučit će vas vježbe koje je potrebno upražnjavati svakodnevno i kod kuće. Pokazat će vam kako se obući, koristiti WC, tuširati se, koristiti stepenice, te kako sigurno obavljati druge svakodnevne aktivnosti.

Bolesnici sa ugrađenom protezom kuka moraju se pridržavati sljedećeg:

- ne savijajte operirani kuk više od 90 stupnjeva
- zabranjeno je prekriziti nogu preko noge, te okretanje noge prema van
- izbjegavajte niska i mekana sjedala i ležajeve
- ne nositi teške terete; hodati uz uporabu pomagala ( štaka ) do kada to odredi operater
- izbjegavajte hodanje po neravnom, skliskom tlu, te uzbrdo
- kada ležite na leđima između koljena stavljajte jastuk
- ne ležite na operiranom kuku
- obavezno redovito vježbati

Prije odlaska kući dobit ćete detaljne upute ( usmeno i u pisanom obliku ).

Nakon nekoliko tjedana kućnog liječenja slijedi rehabilitacija u toplicama, te redovite kontrole kod operatera.

**BRIGA OKO UMJETNOG ZGLOBA**

Od dana ugradnje, pa i do mnogo godina kasnije može doći do infekcije ugrađene proteze. Kako biste to spriječili:

- prilikom određenih medicinskih zahvata morate uzimati preporučene antibiotike
- kod svake sumnje na upalu mokraćnih putova obratite se liječniku radi obrade i daljnjeg liječenja
- obavijestite liječnika ako ste zamijetili znakove infekcije u području kuka, kao što su crvenilo, toplina, bol i oticanje

Imajte na umu da je potrebno pridržavati se svih uputa i eventualnih ograničenja aktivnosti od strane operatera kako bi zamijenjeni zglob što dulje potrajao u dobrom funkcionalnom stanju.

Umjetni zglob može aktivirati detektore metala u zračnim lukama.

**JAVITE SE LIJEČNIKU U SLUČAJU:**

- pojave crvenila, otekline i topline u području rane
- curenja rane
- povišenja tjelesne temperature i zimica
- jakih bolova u kuku koji ne popuštaju na uzimanje analgetika
- iznenadne jake boli i preskoka u kuku
- skraćanja operirane noge s okretanjem stopala prema van
- gubitka pokretljivosti noge
- planiranih daljnjih operacija kao i kateterizacije mokraćnog mjehura, pregleda debelog crijeva, želuca i mokraćnog mjehura

**uspješan oporavak želi Vam osoblje Jedinice samostalne djelatnosti ortopedije**