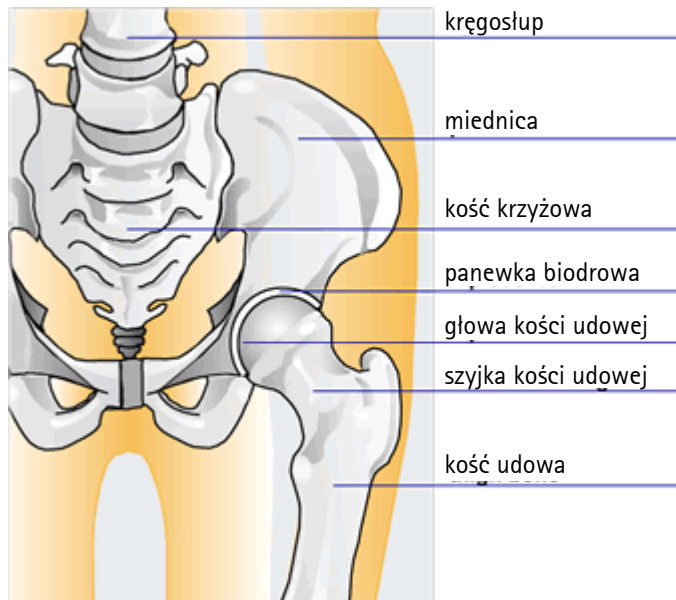




Jakie zadania wykonuje zdrowy staw biodrowy człowieka?

Staw biodrowy określany jest jako staw kulisty panewkowy i łączy tułów z nogami. Składa się on z panewki biodrowej mieszczącej się w kości miednicznej oraz główki stawowej wieńczącej kość udową. W zdrowym stawie biodrowym zarówno panewka jak i główka pokryte są warstwą chrząstki. Sam staw otoczony jest torebką stawową. W jamie stawowej (tj. przestrzeni między główką stawową a panewką) znajduje się nieco maży stawowej, umożliwiającej płynne ślizganie się główki stawowej w panewce przy każdym ruchu.





Choroby stawu biodrowego

Poważne choroby stawu biodrowego mogą spowodować konieczność zastąpienia naturalnego stawu sztuczną protezą. Najbardziej znaną i najczęstszą z nich jest choroba zwyrodnieniowa stawu (zużycie i zwyrodnienie chrząstek stawowych).. Pogorszenie stanu stawu może także nastąpić na skutek wielu wrodzonych i nabytych chorób oraz urazów.

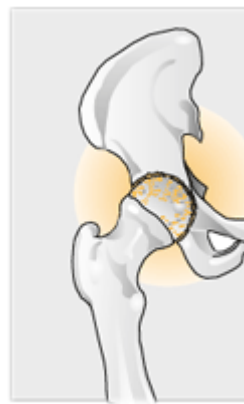
Proces ten wywołuje ból w momencie obciążenia stawu, przy pieszym przemieszczaniu krótkich odległości, a wreszcie również w spoczynku. Jeżeli żadna z niechirurgicznych metod leczenia nie umożliwi złagodzenia bólu i przywrócenia ruchomości, jedynym sposobem na podniesienie Twojej jakości życia jest zastąpienie stawu endoprotezą.

Proces ten wywołuje ból w momencie obciążenia stawu, przy pieszym przemieszczaniu krótkich odległości, a wreszcie również w spoczynku. Jeżeli żadna z niechirurgicznych metod leczenia nie umożliwi złagodzenia bólu i przywrócenia ruchomości, jedynym sposobem na podniesienie Twojej jakości życia jest zastąpienie stawu endoprotezą.

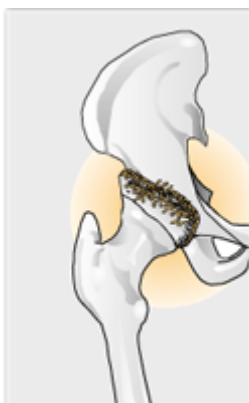
Częste choroby



Zdrowy prawy staw biodrowy



Choroba zwyrodnieniowa stawu biodrowego



Choroba zwyrodnieniowa stawu biodrowego z dysplazją



Złamanie szyki kości udowej.



Czym jest endoproteza stawu biodrowego?

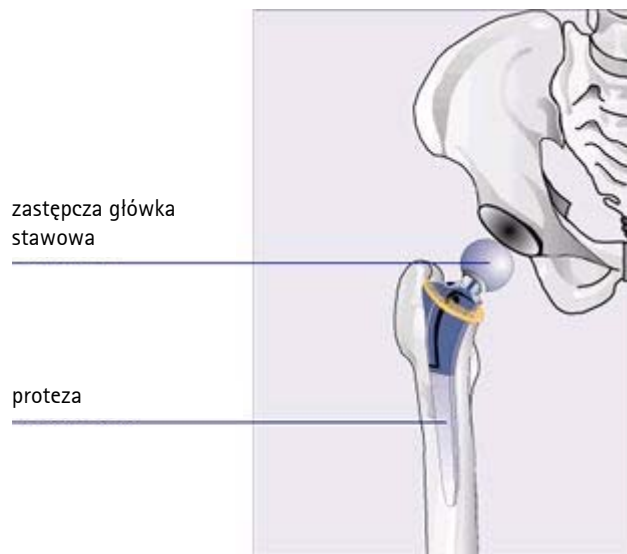
Pomysł wymiany stawu biodrowego, którego budowa jest stosunkowo prosta, powstał w roku 1890. Obecnie każdego roku na całym świecie wszczepia się około 800 000 sztucznych stawów biodrowych, z czego 120 000 wszczepianych jest w Niemczech.

Sztuczne stawy biodrowe można podzielić na protezy częściowe i całkowite.

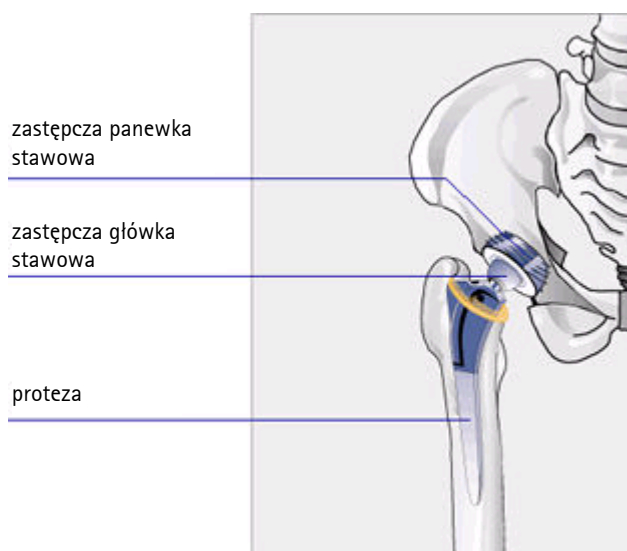
Protezy częściowe służą do zastąpienia wyłącznie samej główki stawowej i szyjki kości udowej, z zachowaniem naturalnej panewki stawowej.

Protezy całkowite zastępują natomiast główkę stawową, szyjkę kości udowej oraz panewkę. So one stosowane częściej.

Częściowa proteza stawu biodrowego



Całkowita proteza stawu biodrowego





Mocowanie protezy stawu biodrowego.

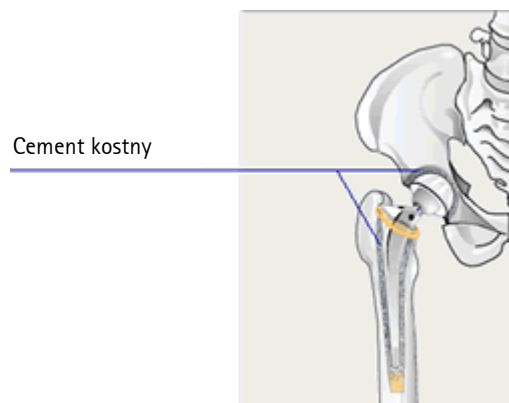
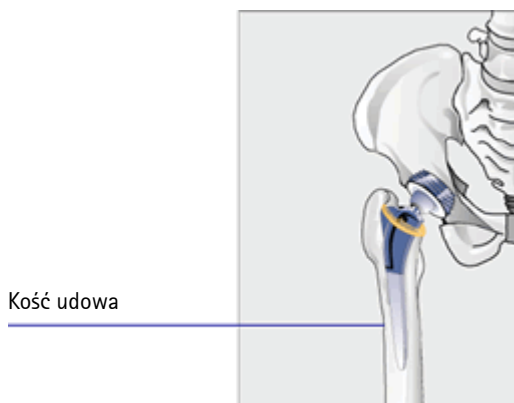
W zależności od sposobu mocowania protez dzieli się je dalej na protezy cementowe i bezcementowe. W przypadku protez cementowych zarówno trzpień jak i sztuczna panewka mocowane są z użyciem cementu kostnego. Wersja bezcementowa ulegają zamocowaniu dzięki wrastaniu otaczającej ją kości w różne elementy protezy.

Twój lekarz doradzi Ci rodzaj i sposób mocowania protezy najbardziej odpowiedzący Twojemu przypadkowi.



Bezcementowa proteza całkowita

Cementowa proteza całkowita





Jak przebiega operacja?

Operacja wymiany stawu biodrowego przeprowadzana jest w znieczuleniu ogólnym lub miejscowym (rdzeniowym) i jest dla Ciebie całkowicie bezbolesna. Anestezjolog wybierze najlepszą dla Ciebie metodę znieczulenia i dokładnie ją z Tobą omówi. W zależności od przypadku, operacja trwa od 45 minut do 2 godzin. Po wykonaniu nacięcia na skórze o długości ok. 20 cm mięśnie odciągane są na boki w celu odsłonięcia stawu biodrowego. Przecinana jest szyjka kości udowej, po czym usuwana jest uszkodzona główka stawowa. Aby przygotować miejsce na wszczępienie endoprotezy stawu biodrowego wycina się chorą panewkę stawową i na jej miejscu mocuje się protezę panewki.

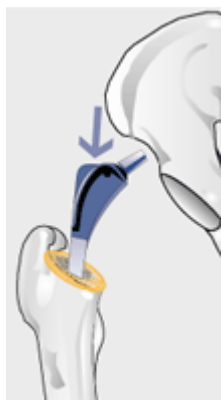
Następnie opracowuje się jamę szpikową w sposób umożliwiający dokładne zamocowanie trzpienia protezy, przy pomocy cementu lub bez niego. Główkę protezy umieszcza się na trzpieniu. Obie części protezy są następnie łączone ze sobą w celu zbudowania stawu, tj. rdzeń z zamocowaną do niego główką łączony jest z panewką. Mięśnie zostają zszyte a rana zamknięta, przy czym w stawie umieszcza się drenaż odprowadzający krew mogącą gromadzić się nad stawem biodrowym. Drenaż usuwa się 2 dni po operacji.



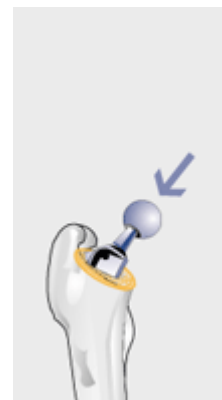
1. Usunięcie chorej główki stawowej.



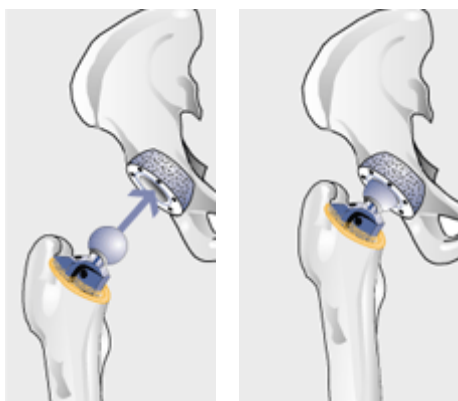
2. Mocowanie sztucznej panewki



3. Wprowadzanie trzpienia protezy do wnętrza kości udowej



4. Zamocowanie główki protezy do trzpienia



5. i 6.
Elementy protezy znajdujące się w kości udowej są łączo-
ne ze sztuczną panewką stawu biodrowego.



Właściwe zachowanie po operacji

Powodzenie operacji i trwałość Twojej endoprotezy stawu biodrowego zależą w ogromnym stopniu od zapewnionego Ci leczenia pooperacyjnego oraz Twojego własnego zachowania po operacji. Jeszcze w trakcie Twojego pobytu w szpitalu fizjoterapeuta pomoże Ci nauczyć się znów korzystać z Twojego stawu biodrowego, dzięki czemu po powrocie do domu będziesz w stanie wykonywać codzienne czynności, takie jak samodzielne mycie się czy ubieranie.

Operacja wymiany stawu biodrowego pozwoli Ci znowu cieszyć się życiem, bez bólu i z lepszą ruchomością. Przez następne kilka lat nie zapominaj jednak o regularnym odwiedzaniu Twojego lekarza w celu poddawania się badaniom kontrolnym.

Umożliwi to wczesne rozpoznanie wszelkich powikłań, które mogą nastąpić bez powodowania wyraźnych objawów. Szczegółowe wyniki badań kontrolnych wpisuj do karty protezy pacjenta, którą otrzymasz wraz z niniejszą broszurą informacyjną przeznaczoną dla pacjentów.



Rzeczy wyjątkowo dla Ciebie korzystne

- Regularne pływanie
- Regularne spacery po dobrze przygotowanych ścieżkach
- Sporty wymagające umiarkowanej aktywności ruchowej, np. taniec, biegi narciarskie, golf, łagodna gimnastyka itp.
- Noszenie sznurowanego obuwia z miękkimi, elastycznymi podeszwami
- Poprawne nakładanie obuwia
- Leżenie na plecach. Kiedy leżysz na boku zawsze miej między nogami poduszkę (w ciągu pierwszych 12 tygodni po operacji)

Leczenie pooperacyjne i "odpowiednie" zachowanie są niezwykle ważne dla powodzenia Twojej operacji stawu biodrowego.

Wykonując łagodne ćwiczenia fizjoterapeutyczne nauczysz się znów korzystać ze swojego stawu biodrowego jeszcze podczas pobytu w szpitalu. Później, po powrocie do domu, ćwiczenia takie powinny stać się Twoim nawykiem, tak samo jak pływanie lub chodzenie po dobrze przygotowanych ścieżkach – wówczas będziesz w stanie odbywać nawet krótkie przejażdżki rowerem (po równej trasie).

Gimnastyka i ruch





Rzeczy, których należy zdecydowanie unikać

Przez pierwsze 12 tygodni od Twojej operacji unikaj nadmiernego obciążania stawu biodrowego, czyli:

- Sportów powodujących gwałtowne wstrząsy i obciążenie stawu biodrowego (np. tenis, narciarstwo zjazdowe, jogging, skoki, korzystanie z roweru treningowego z oporem itp.)
- Ciężkiej pracy fizycznej
- Podnoszenia ciężarów
- Częstej pracy w niewygodnej pozycji lub w mokrym/wilgotnym otoczeniu
- Przybierania na wadze, ponieważ może ono spowodować przedwczesne poluzowanie się stawu biodrowego
- Siadania na niskich krzesłach lub w głębokich fotelach, ponieważ powoduje ono nadmierne zginanie się stawu biodrowego
- Siedzenia ze skrzyżowanymi nogami
- Kucania

Unikaj nadmiernego wysiłku





Unikaj na przykład podnoszenia ciężkich przedmiotów. Naucz się poprawnego schylania się: robienie tego w sposób przedstawiony powyżej powoduje znaczne obciążenie protezy i może prowadzić do wystąpienia powikłań. Naucz się również poprawnego siadania: nigdy nie siedź ze skrzyżowanymi nogami.

Jeżeli masz jakiegokolwiek pytania, możesz śmiało zwrócić się do swojego lekarza o poradę. Z przyjemnością udzieli Ci on/ona pomocy.

