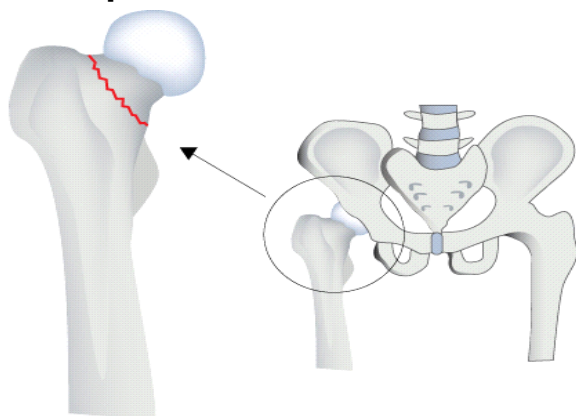


Information om din operation efter höftfraktur

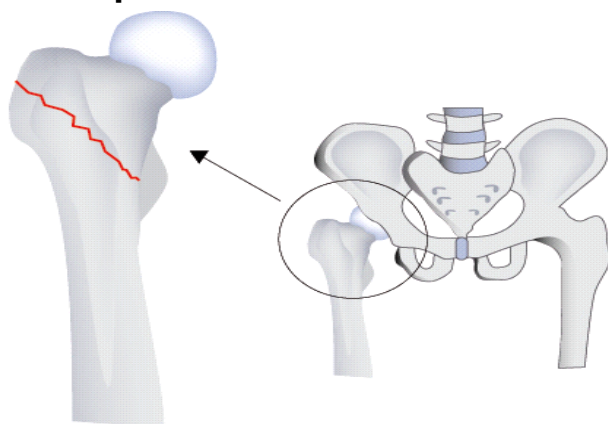
Du har opererats för:.....

Datum.....Operatör.....

Brott på lårbenshalsen - collumfraktur



Brott på övre delen av lårbenet - trochantär fraktur



Operationen

Operationsmetoden bestäms efter typen av fraktur och dina förutsättningar.

Vanligtvis är det tillåtet att belasta benet direkt efter operation.

Se den inringade bilden!



Frakturen fogas samman av två skruvar



Frakturen fogas samman med metallplatta och skruvar



Frakturen fogas samman av en grov spik i mörghålan



Höftkulan har ersatts med en höftprotes

Efter en höftprotesoperation är det vissa restriktioner som du måste tänka på.

Vilka restriktioner du ska följa får du information om under vistelsen på sjukhuset.

Att tänka på efter Din operation

Efter operation

Smärtan efter operation är individuell. Vissa har mer smärta än andra. Du kanske inte har så ont när du ligger still men när Du ska röra dig och stiga upp ur sängen gör det oftast mer ont. Det är därför viktigt att säga till om smärtlindringen inte är tillräcklig.

När du är nyopererad ges som grundmedicinering tabletter mot din värk. Vid otillräcklig smärtlindring ges snabbverkande, morfinliknande preparat.

Antibiotika ges vid vissa typer av höftfraktur och då oftast 3 gånger under det första dygnet. Med anledning av att man är mindre aktiv direkt efter operationer ökar risken för att drabbas av blodpropp. För att förhindra detta ges blodförtunnande läkemedel, en spruta varje kväll i förebyggande syfte. Den behandlingen pågår oftast i 5 veckor om inte läkaren ordinerar annat.

En kontrollröntgen görs av höften 1-2 dagar efter operationen.

Att komma igång efter Din operation

Efter operation är det viktigt att du så snart som möjligt kommer igång med din rehabilitering för att minska risken för komplikationer som blodpropp och lunginflammation samt att snabbt återfå den förmåga som du hade innan du skadade dig.

Höften tål i regel att belastas direkt, redan dagen efter operation hjälper vårdpersonal dig så att du kan stiga upp och gå några steg med ett gåbord.

Du får hjälp med din rehabilitering av vårdpersonal, fysioterapeut och arbetsterapeut på olika sätt. Kom ihåg att du själv är en viktig del i detta.

Direkt efter operationen är det viktigt att börja träna musklerna i benen. Detta kan du göra genom att trampa med fötterna upp och ner så ofta som möjligt. Då minskar du också risken för blodproppsbildning.

För att minska risken för lunginflammation är det bra att försöka sitta uppe, för då andas du bättre. Ta djupa andetag flera gånger per timme.

Tillsammans med fysioterapeut får du hjälp med din rörelse- och funktions- träning och ett lämpligt gånghjälpmedel utprovas.

Med hjälp av vårdpersonal och arbetsterapeut får du hjälp och träning i P-ADL (Personliga Aktiviteter i Dagliga Livet) så att du trots höftfrakturen och utifrån dina förutsättningar kan klara din personliga vård och dina förflyttningar så självständigt som möjligt. Oftast kan det bli nödvändigt att använda olika hjälpmedel för att klara detta. Arbetsterapeuten instruerar dig i att använda dessa hjälpmedel.

Innan du åker hem från sjukhuset

Vårdtiden efter en höftfraktur varierar och det är bra att i god tid börja planera utskrivningen. Du kanske behöver hjälp under en kortare tid med din

personliga vård och/eller boendesysslor. Kommunens hemtjänst kan bistå dig med den hjälpen och en planering inför hemgång initieras från sjukhuset.

Innan hemgång är det bra om du klarar av:

- Förflyttningar i och ur sängen
- Uppresning från stol samt toalettbesök
- Förflytta dig stadigt med god balans med hjälp av lämpligt gånghjälpmedel samt förflytta dig i trappa
- Klara dina dagliga aktiviteter med hjälp av hjälpmedel och/eller med assistans

Återbesök

Vid behov sker uppföljning av träning samt hur du klarar av dina vardagsaktiviteter. Detta utförs av fysioterapeuter och arbetsterapeuter från din kommun eller hälsocentral.

Stygnen tas bort efter ca 2-3 veckor av distriktsköterskan på din hälsocentral.

Vanligtvis är det inget återbesök till läkare efter en höftfraktur.

Kostnader för hjälpmedel

Arbetsterapeut och fysioterapeut gör en individuell bedömning om du behöver hjälpmedel.

- Kryckkäppar, egenavgift
- Rollator, egenavgift tas ut i de fall användandet av rollatorn blir långvarigt/ permanent. Rollator återlämnas efter att behovet upphört.
- Toalettstolsförhöjning eller armstöd, egenavgift, återlämnas inte
- Duschstol, egenavgift, återlämnas inte
- Förhöjningsklossar till säng, ingen egenavgift, återlämnas
- Strumppådragare, egenavgift
- Griptång, egenavgift
- Förhöjningsdyna, egenavgift

Du kan läsa mer om att köpa hjälpmedel på www.1177.se under tema Hjälpmedel.

Länsklinik Ortopedi

Sunderby sjukhus Ortopedmott 0920-28 39 91 Call Me

Kväll och helg: Akutmott 1177

Piteå Sjukhus Ortopedmott 0911-755 42

Kväll och helg: Akutmott 0911-750 00

Gällivare sjukhus Ortopedmott 0970-194 80

Dagkirurgisk enhet 0970-191 13

Kväll och helg: 1177