



Materiały edukacyjne – zalecenia pielęgniarskie dla pacjenta przy wypisie ze szpitala – *załącznik nr 32*

Zalecenia dla pacjenta po alloplastyce stawu biodrowego

Zalecenia ! :

- należy siadać tylko w poprzek łóżka
- należy zawsze przy siadaniu na (sedes/krawędzi łóżka/krzesło) nogę operowaną wysunąć do przodu
- po każdym chodzeniu należy odpocząć, aby noga nie puchła i była bez obrzęków
- rotacja zewnętrzna stopy operowanej kończyny

Obowiązuje ! :

- wysokie łóżko
- wysokie krzesło
- nakładka na sedes
- długa tyłka do butów

Zapamiętać ! :

- na noc zakładać wałek, koc między nogi (nogi w odwiedzeniu)
- nie wolno przechodzić nogi operowanej !
- nie wolno doprowadzić do obrzęku
- nie wolno spać na żadnym boku przez okres 3 miesięcy

Nie należy ! :

- siadać na niskich krzesłach, fotelach itp.
- schylać się do przodu
- zakładać nogi na nogę
- skręcać nogi operowanej
- zaginać biodra do 90 stopni



- pochylać się do przodu
- podnosić „czegoś” z podłogi
- skręcać maksymalnie kolan lub stóp na zewnątrz lub do wewnątrz

STOP ! ZAKAZ ! :

- maksymalnego zgięcia w stawie biodrowym
- rotacji wewnętrznej stopy (operowanej kończyny)
- przywiedzeniu (kończyn dolnych)

Nauka chodzenia po schodach ! :

W górę: noga zdrowa

2 kule w przód (na ten sam stopień)

noga operowana

W dół: 2 kule w przód (na ten sam stopień)

noga operowana

noga zdrowa

Bibliografia: www.fizjoplaner.pl

„Ortopedia i rehabilitacja” prof.dr.med Wiktor Dega