

Om kort tid vil en sykepleier ta kontakt med deg for å høre om dette er noe du kunne tenke deg å være med på.

Vil du lese mer om ortopedisk avdeling og raskt på beina, kan du inn på vår nettside:
www.helse-sunnmore.no

Kontakt oss gjerne:

HELSE SUNNMØRE HF
ÅLESUND SJUKEHUS
ORTOPEDISK AVDELING

Ortopedisk kontor Tlf 70 10 57 66
Ortopedisk sengepost Tlf 70 10 58 10

Ortopedisk avdeling

RASKT PÅ BEINA

- et "skreddersydd" forløp for deg
som skal operere hofteprotese



Hva er raskt på beina:

Raskt på beina er et frivillig spesialprogram for pasienter som skal opereres med innsetting av hofteprotese. Målet er å komme raskt på beina etter operasjonen.

Raskt på beina fokuserer på grundig informasjon og forberedelse før operasjon, optimal operasjonsteknikk, bedøvelse og smertestillende regime og tidlig mobilisering etter operasjon.

Før operasjonen:

Du vil få tilbud om å være med på raskt på beina. Du blir da innkalt på en informasjonsdag sammen med 5 andre pasienter som også skal operere hofteprotese. Vi ønsker at du har med din nærmeste pårørende til denne dagen.

Dagen vil vare fra kl 08:30 til ca kl 15:00

Ta med urinprøve av morgenurin.

Informasjonsdagen vil finne sted 1- 2 uker før operasjonen.

Denne dagen vil kirurg, anestesipersonell, sykepleier og fysioterapeut gi nødvendig informasjon samt foreta en individuell vurdering av deg.

Det vil bli tatt blodprøve av deg og du vil lære å gå med krykker, ta med evt egne krykker. Du vil også få undervisning i å sette blodfortynnende sprøyter på deg selv.

Avdelingen er pålagt å sende ut faktura for denne dagen. Dagens takst er kr 307,00 .

Det er viktig at du på forhånd tenker ut hvilke hjelpemidler du trenger i hjemmet etter utskrivelsen. Hjemkommunen må kontaktes for lån av gripetang, toalettforhøyer, langt skohorn osv.

Ved innleggelse:

Du møter opp fastende på sykehuset mandagsmorgen kl 07:00 og blir operert samme formiddag. Etter operasjonen blir du på oppvåkningsavdelingen noen timer før du kjøres til sengeposten igjen. Tidlig mobilisering er viktig og allerede første kvelden skal du sitte på sengekanten evt stå ved sengen.

Hele sykehusoppholdet vil basere seg på at du gjør det meste selv med god tilrettelegging fra pleiepersonalet. Programmet legger vekt på at du gradvis blir mer selvhjulpen ut over i uken.

Du skal bruke egne klær allerede dagen etter operasjonen. Det er derfor viktig at du har med klær og sko som er gode i ha på og som er lett å ta av og på seg. Under oppholdet vil det meste av mobilisering og all matservering foregå på et eget rom i sengeposten.

Hjemreisen:

Du reiser hjem torsdag evt fredag.

Det er fint om du kan bli hentet av pårørende når du skal hjem. Du vil få med deg et informasjonsskriv hvor det er skrevet hva som har skjedd med deg på sykehuset og hva som skal skje videre. En sykepleier ringer deg 1 uke etter utskrivelsen.

Du vil få kontrolltime på poliklinikken med fysioterapeut etter 3 måneder og hos lege etter 6 måneder.