



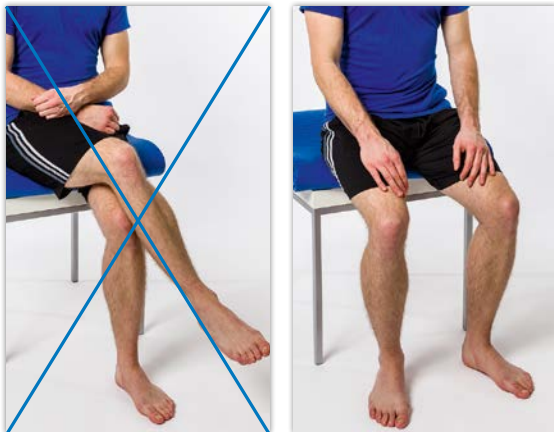
Richten Sie Ihr häusliches Umfeld vorab so ein, dass Sie in den ersten Wochen nach der Operation erhöht sitzen können. Besorgen Sie sich dafür eventuell ein Keilkissen oder entsprechende Polster.
Nach Einsetzen eines künstlichen Hüftgelenkes sollten Sie zumindest in den ersten drei Monaten nach der Operation folgende Verhaltensregeln berücksichtigen.

Vermeiden Sie

- >> die Beine übereinander zu schlagen.
- >> das operierte Bein zu drehen.
- >> zu tief zu sitzen.
- >> sich nach vorne runter zu beugen.
- >> das Bein über 90° heranzuziehen.

Darauf sollten Sie achten

- >> Stellen Sie beim Sitzen die Füße auf den Boden (Knie- und Hüftgelenk schauen in einer Linie nach vorn).
- >> Stehen Sie aus liegender Stellung anfangs nur zur operierten Seite hin auf.
- >> Legen Sie nachts ein Kissen zwischen die Beine.



Lassen Sie sich helfen oder benutzen Sie Hilfsmittel

Greifzange, Gehstützen, Toilettensitzerhöhung und Strumpfanziehhilfe werden Ihnen von uns vermittelt. Die Kosten dafür übernimmt die Krankenkasse.

- >> Sollten Sie auf der Seite liegen wollen, dann legen Sie sich anfangs nur auf die gesunde Seite.
- >> Legen Sie auch in Seitenlage ein dickes Kissen zwischen die Beine.
- >> Nach 4 Wochen ist auch die Seitenlage auf der operierten Seite erlaubt.



Aufstehen und Gehen, sofern keine anderen ärztlichen Anweisungen erfolgt sind, dürfen Sie das operierte Bein voll belasten.