

Behandeling

# Heupprothese operatie; wat gaat er gebeuren?

Als u een versleten heup heeft, kan de orthopedisch chirurg een nieuwe heup (heupprothese) plaatsen.

Als het kraakbeen in het heupgewricht erg versleten is, kunnen de gewrichtsvlakken niet meer soepel langs elkaar glijden. Bewegen wordt dan steeds moeilijker en pijnlijker. De kop en kom van de heup kunnen dan vervangen worden door een prothese.

De operatie wordt meestal uitgevoerd met een ruggenprik (meestal spinale anesthesie). Of deze vorm van anesthesie voor u geschikt is, hangt onder andere af van uw leeftijd en lichamelijke conditie. Uw eigen wensen kunt u van tevoren bespreken met de anesthesioloog tijdens uw afspraak voor de preoperatieve screening.

U wordt op de dag van opname geopereerd. De operatie duurt inclusief voorbereiding en nazorg op de uitslaapkamer ongeveer 3 tot 4 uur. Normaal gesproken kunt u de dag na de operatie weer naar huis.

Bekijk onder 'Lees meer' eventueel ook het filmpje 'Waarom een nieuwe heup?'

Bekijk de video op de website (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heupprothese-operatie-wat-gaat-er-gebeuren>).

**(073) 553 60 50**

Maandag t/m vrijdag 8.00 – 16.30 uur

Stuur een bericht (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/contact-orthopedie>)

## Een nieuwe heup

### Wat is een heupprothese?

Om u uit te kunnen leggen wat een heupprothese is, moet u eerst weten hoe een normaal heupgewricht eruit ziet. De heup is een kogelgewricht. De kop van het dijbeen draait als een ronde kogel soepel in de kom van het bekken. De kop van het dijbeen vindt steun in de kom van de heup. Daarnaast wordt de kop op zijn plaats gehouden door bil- en heupspiieren.

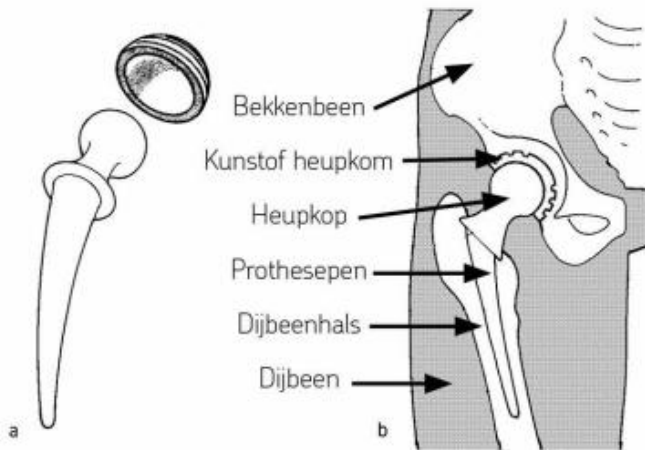
De kop en de kom zijn bekleed met kraakbeen. Dit zorgt ervoor dat de kop soepel door de kom kan glijden. Als het kraakbeen in het heupgewricht erg versleten is, kunnen de gewrichtsvlakken niet meer soepel langs elkaar glijden.

Bewegen wordt dan steeds moeilijker en pijnlijker. De kop en kom van de heup kunnen dan vervangen worden door een prothese.

De heupprothese bestaat uit 4 delen:

- een kom van metaal
- een kom van kunststof die we in de kom van metaal plaatsen
- een steel van metaal

- een kop, meestal van keramiek



De steel wordt in de schacht van het dijbeen aangebracht.

Met moderne röntgentechniek kan van tevoren heel nauwkeurig vastgesteld worden welk type en maat heupprothese u nodig heeft.

## Vorbereiding

### Informatiefolders voorbereiding opname en operatie

Het is belangrijk dat u zich goed voorbereidt op de operatie:

- Lees de informatie: 'Anesthesie en voorbereiding op een operatie of onderzoek' (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/anesthesie>) goed door.
- Volg de instructie voor het nuchter zijn (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/sites/default/files/documents/2025-06/info-nuchter-zijn.pdf>) voor de operatie.
- Lees ook de informatie: Voorbereiding op een (dag)opname in het ziekenhuis (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/naar-het-ziekenhuis/vorbereiding-op-een-dagopname-in-het-ziekenhuis>).

### Afspraak met de poli verpleegkundige

U heeft voor de opname een afspraak met de verpleegkundige op de polikliniek. Deze afspraak kan op de polikliniek zijn of telefonisch. De verpleegkundige bespreekt uw thuissituatie en vertelt waar u rekening mee moet houden na de operatie.

Als u naar aanleiding van dit gesprek nog vragen heeft rondom uw opname, dan kunt u bellen naar de poli verpleegkundige. Dit kan op werkdagen tussen 9.00 - 15.30 uur, telefoonnummer (073) 553 52 86.

### Informatieavond

Afdeling Orthopedie organiseert informatieavonden over de heup- en knieprothese operatie. U krijgt uitleg over wat artrose is, over wanneer een heup- of knieprothese nodig kan zijn en over de gang van zaken rondom de operatie. De bijeenkomsten vinden plaats in het Auditorium op onze hoofdlocatie. De toegang is gratis.

Klik hier voor de data en aanmelden.

## Afspraak fysiotherapie voor de opname

Het is de bedoeling dat u na de operatie weer direct op de been bent. Daarom heeft u voor uw opname in het ziekenhuis een afspraak bij de fysiotherapeut op onze afdeling Paramedische Ziekenhuiszorg. De fysiotherapeut geeft u dan voorlichting over uw revalidatie. Verder gaat u oefenen in het lopen met de elleboogkrukken en het traplopen. Neem de elleboogkrukken die u tijdens de opname gaat gebruiken mee naar deze afspraak. De fysiotherapeut kijkt of u goede krukken heeft en stelt ze voor u op maat. U kunt de krukken lenen of kopen bij bijvoorbeeld de Thuiszorgwinkel bij u in de buurt.

Heeft u vragen hierover dan kunt u bellen naar afdeling Fysiotherapie, telefoonnummer (073) 553 61 55.

In het ziekenhuis krijgt u na de operatie begeleiding van een fysiotherapeut. Na uw ontslag uit het ziekenhuis adviseren wij u om door te gaan met de fysiotherapie. Zorg er voor dat u voor de opname al contact opneemt met een fysiotherapeut bij u in de buurt.

## Hulpmiddelen thuis

Hulpmiddelen die wij aanraden voor na de operatie:

- Een toiletverhoger. Uw toilet moet ongeveer 50 centimeter hoog zijn. (Afhankelijk van uw lengte).
- Een stoel met een zitting van ongeveer 50 centimeter hoog (afhankelijk van uw lengte) met rug- en armleuningen.
- Denk aan de hoogte van u bed. U moet makkelijk in en uit bed kunnen stappen. Eventueel kunt u ook een extra matras op uw bed leggen.
- Een lange schoenlepel
- Een 'helping hand'. Dit is een grijpertje waarmee u dingen kunt oprapen zonder te bukken of bijvoorbeeld uw broek kunt optrekken.
- Elastische schoenveters voor in uw schoenen, zodat u er gemakkelijk in en uit kan stappen.

## Hulp bij het huishouden

U mag de eerste weken na de operatie geen zwaar werk verrichten. Ga bij uzelf na wie u kan helpen bij de zwaardere huishoudelijke werkzaamheden (bijvoorbeeld boodschappen doen).

Zorgt u nu zelf voor uw maaltijden? U mag na de operatie los staan aan het aanrecht, met het aanrecht als steun. Misschien is er iemand die u kan helpen bij het koken? U kunt ook gebruik maken van een maaltijdservice.

Er zijn allerlei aanbieders die tegen betaling gezonde maaltijden aan huis bezorgen.

Als u weet dat u na uw ziekenhuisopname huishoudelijke hulp nodig heeft, kunt u dit al wel van tevoren aanvragen. Hiervoor moet u contact opnemen met de afdeling Wmo (Wet maatschappelijke ondersteuning) van uw eigen gemeente.

## Hulp bij het aankleden en wassen

U mag de eerste 6 weken na de operatie niet bukken om te voorkomen dat de heup uit de kom schiet. U heeft daarom hulp nodig bij het aantrekken van uw broek, kousen en schoenen. Als er geen mantelzorger is om u te helpen, kunt u gebruik maken van hulpmiddelen om uw onderbenen te wassen en te drogen.

## Alarmering

U moet iemand kunnen waarschuwen wanneer u acuut hulp nodig heeft. Wanneer u alleenstaand bent is bijvoorbeeld een mobiele telefoon die u steeds bij u draagt een oplossing. U kunt ook een (tijdelijk) alarm laten installeren. Meer informatie hierover kunt u krijgen bij de thuiszorg.

## Infecties voorkomen

Infecties in het lichaam kunnen het bloed en later de kunstheup besmetten. Heeft u vlak vóór de opname een infectie waar u voor behandeld wordt? Of heeft u puistjes, vlekken of andere huidafwijkingen? Neem dan contact op met de polikliniek Orthopedie.

Daarnaast is het van belang dat uw gebit in goede conditie is. Loszittende tanden en ontstekingen in de mond hebben invloed op de acceptatie van de kunstheup door het lichaam. Moet u een tandheelkundige ingreep ondergaan, geef dit dan door aan uw behandelend arts.

## Stop met roken

Zeker als u geopereerd bent of moet worden, is het beter niet te roken. De ademhalingswegen van rokers zijn vaak geïrriteerd en daardoor gevoeliger voor ontstekingen. Daarnaast verdringt het koolmonoxide in de rook het zuurstof uit het bloed. Roken is slecht voor de wondgenezing en vergroot de kans op complicaties. Tenslotte kan hoesten na de operatie erg veel pijn doen.

Houd er ook rekening mee dat u in en om het ziekenhuis niet mag roken. Het hele gebouw, het ziekenhuisterrein en de parkeervoorzieningen zijn rookvrij.

Voor hulp bij stoppen met roken kunt u kijken op [www.rookvrijookjij.nl](http://www.rookvrijookjij.nl) (<https://www.rookvrijookjij.nl/>) of belt u naar (076) 889 51 95.

## Thuismonitoring

Mensen die een heupprothese operatie hebben gehad, kunnen daarna mogelijk gebruik maken van thuismonitoring (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heup-of-knieprothese-operatie-thuismonitoring>). U kunt dit bespreken met uw behandelaar.

Bij thuismonitoring kunnen we u na de operatie goed in de gaten houden. We ondernemen snel actie bij problemen of vragen, en kunnen zo complicaties voorkomen. U krijgt op deze manier de zorg die bij u past.

## De operatie

U wordt meestal op de dag van opname geopereerd. Een verpleegkundige brengt u in uw bed naar de operatieafdeling. Als u hebt gekozen voor verdoving met een ruggenprik, wordt in de voorbereidingsruimte de ruggenprik geplaatst.

De operatie duurt, inclusief voorbereiding en nazorg op de uitslaapkamer, 3 tot 4 uur. Na de operatie wordt u naar de uitslaapkamer (recovery) gebracht. Daar houden speciaal opgeleide verpleegkundigen in de gaten of alles goed met u gaat.

Om het risico op een infectie zo klein mogelijk te maken, krijgt u tijdens en na de operatie antibiotica.

## Wat zijn de risico's?

In de meeste gevallen verloopt een heupprothese-operatie zonder problemen. Bij iedere operatie kunnen echter complicaties voorkomen. Bij deze operatie zijn dit:

- Een infectie van de wond. Om dit te voorkomen wordt u behandeld met antibiotica en desinfecterende wasgel.
- De kop van de prothese kan uit de kom schieten (luxatie).
- Een nabloeding.
- Er kan trombose, eventueel longembolie, optreden. Om dit te voorkomen krijgt u medicijnen tegen het stollen van het bloed.
- Er kan een zenuw beschadigen.
- Na de operatie kan er een klein verschil in beenlengte zijn. Zo nodig kan dit verschil worden opgevangen door een kleine verhoging in of onder uw schoen. In de regel geeft dit geen problemen.
- Bij het inbrengen van de prothese kan een breuk of scheur in het bot ontstaan.

## Pijnbestrijding na de operatie

U krijgt na de operatie tabletten tegen de pijn. Het is verstandig deze preventief in te nemen om te voorkomen dat de pijn sterk toeneemt als de ruggenprik (spinale anesthesie) is uitgewerkt.

Het is belangrijk dat u aan de verpleegkundige laat weten hoe het met de pijn is. De pijnmedicatie kan dan, als dat nodig is, op tijd aangepast worden.

## Meer informatie

Lees ook de informatie over:

Oefeningen en leren lopen met krukken

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heupprothese-operatie-oefeningen-en-leren-lopen-met-krukken>)

Herstel thuis (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/behandelingen/heupprothese-operatie-herstel-thuis>)

## Praktische tips

### MijnJBZ

Via MijnJBZ (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz>) kunt u zelf een deel van uw persoonlijke en medische gegevens inzien die in het JBZ over u bekend zijn. Zie ook: Wat kan ik in MijnJBZ zien?

(<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/wat-kan-ik-in-mijnjbz-zien>)

### Bekijk uw zorgverzekering

Controleer zelf vóór een afspraak in het JBZ of uw zorg wordt vergoed:

- Bekijk hier (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/tarieven>) met welke zorgverzekeraars het JBZ een contract heeft.
- Het hangt ook af van uw polis of uw zorgverzekeraar alle zorg volledig vergoedt.
- Onze zorg valt voor volwassenen onder het wettelijk eigen risico. Dit betekent dat u ieder jaar eerst een bedrag zelf moet betalen, voordat uw zorgverzekeraar kosten gaat vergoeden.

### Opleidingsziekenhuis

In het JBZ leiden we verpleegkundigen, coassistenten, artsen en andere zorgverleners op. Dit betekent dat bij uw afspraak soms meerdere zorgverleners aanwezig zijn. En het kan zijn dat u onderzocht of behandeld wordt door een zorgverlener in opleiding (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/opleidingsziekenhuis-met-wie-heeft-u-een-afspraak>). Deze zorgverlener werkt altijd onder supervisie van een gekwalificeerde zorgverlener.

### Gegevens delen

Wilt u dat zorgverleners buiten het Jeroen Bosch Ziekenhuis uw medische gegevens kunnen inzien? Dan moet u het JBZ toestemming geven (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/gegevens-delen>) om uw gegevens beschikbaar te stellen.

## Betrokken afdelingen

Orthopedie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/orthopedie>)

Fysiotherapie (<https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/afdelingen/fysiotherapie>)

