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 moeilijk en pijnlijker. De kop en kom van de heup kunnen dan vervangen worden door een prothese. Het is belangrijk dat u zich goed voorbereid op de operatie. Lees deze informatie daarom goed door.

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

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 8.30 – 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur

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

Een nieuwe heup

Afspraken voor en na de operatie

Voor de operatie

PROM's vragenlijst	invullen via e-mail of per post
Preoperatieve screening (POS)	Afspraak volgt via post of digitaal in MijnJBZ
Centraal Apotheekpunt (CAP)	Afspraak volgt via post of digitaal in MijnJBZ
Poliverpleegkundige: intake gesprek	Afspraak wordt automatisch gepland na het POS bezoek. Via post of digitaal in MijnJBZ
Fysiotherapie	Afspraak wordt automatisch gepland na het POS bezoek. Via post of digitaal in mijn JBZ

Operatiedatum	U wordt gebeld zodra er een datum voor uw operatie gepland kan worden
Opnametijd	U wordt 1 werkdag voor de operatie gebeld hoe laat u aanwezig moet zijn op de afdeling.

Na de operatie

Controle afspraak orthopedisch chirurg	8 weken na de operatie. Volgt via post of digitaal in MijnJBZ
PROM's vragenlijst	6 maanden na de operatie via e-mail of per post
PROM's vragenlijst	12 maanden na de operatie via e-mail of per post
Controle afspraak orthopedisch chirurg	1 jaar na de operatie. Volgt via post of digitaal in MijnJBZ

Belangrijke telefoonnummers

Poliverpleegkundige Orthopedie

U mag de poliverpleegkundige bellen als u vragen heeft over de heupoperatie:

(073) 553 52 86, bereikbaar maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 16.30 uur.

Monitoringscentrum (thuismonitoring)

(073) 553 61 76, bereikbaar dagelijks tot 21.00 uur. Alleen als u heeft aangemeld voor thuismonitoring.

Spoedeisende Hulp (alleen bij spoed na de operatie tussen 21.00 en 8.30 uur).

Alleen als het niet kan wachten tot de volgende werkdag!

(073) 553 67 86

Polikliniek Orthopedie

(073) 553 60 50, bereikbaar maandag t/m vrijdag tussen 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur.

PreOperatieve Screening (POS):

(073) 553 34 64, bereikbaar maandag t/m vrijdag tussen 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur.

CAP (Centraal Apotheekpunt)

(073) 553 59 09, bereikbaar maandag t/m vrijdag tussen 8.30 - 12.00 uur en van 13.30 - 16.30 uur.

Fysiotherapie JBZ

(073) 553 61 55, bereikbaar maandag t/m vrijdag tussen 8.00 en 16.30 uur.

Wat is een heupprothese?

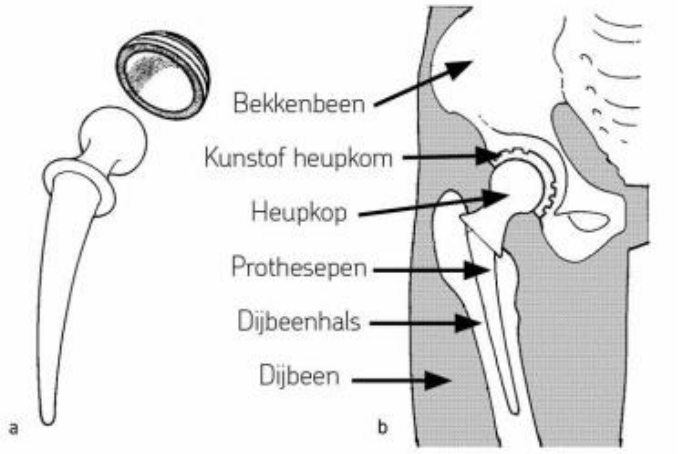
Om u uit te kunnen leggen wat een heupprothese is, moet u eerst weten hoe een normaal heupgewricht eruit ziet. De heup is een kogelgewricht. De kop van het dijbeen draait als een ronde kogel soepel in de kom van het bekken. De kop van het dijbeen vindt steun in de kom van de heup. Daarnaast wordt de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

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.

Voorbereiding op de opname en operatie

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/patienteninformatie/ANE-080)' 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/voorbereiding-op-een-dagopname-in-het-ziekenhuis).

Vragenlijsten

POS vragenlijsten

Log in op MijnJBZ.nl met u DigiD en vul de vragenlijsten in. Kunt u de vragenlijst niet invullen via MijnJBZ? Dan kunt u de vragenlijst invullen bij het MijnJBZ Servicepunt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz-servicepunt) op de Boulevard. Neem iemand mee als u hierbij hulp nodig heeft. U wordt pas opgeroepen voor de preoperatieve screening wanneer deze lijsten

zijn ingevuld.

PROM's vragenlijst

In de afgelopen jaren zijn vragenlijsten ontwikkeld die bijvoorbeeld de ervaren gezondheid, kwaliteit van leven en functioneren vanuit het perspectief van de patiënt meten. Deze vragenlijsten heten patiënt gerapporteerde uitkomstmaten; ofwel Patient Reported Outcome Measures, afgekort PROM's

Bij een totale heupprothese wordt u gevraagd om vóór de operatie en 6 en 12 maanden na de operatie een PROM's vragenlijst in te vullen. Vult u deze in, dan helpt u de orthopedie om de kwaliteit van de protheses en de zorg te verbeteren.

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.

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.

Lees ook de informatie over:

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

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 dan met u uw thuissituatie en de voorbereiding op de operatie.

De poliverpleegkundige informeert en begeleidt u rondom uw opname en is uw vaste aanspreekpunt voor vragen, voor en 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.

Wat regelt u voor de operatie

Na uw operatie moet u herstellen. U kunt niet meteen weer alles zelf doen. U moet vóór de operatie een aantal dingen zelf regelen.

U kunt thuis voorzieningen treffen om uw herstel straks gemakkelijker te laten verlopen:

- Zorg eventueel voor handgrepen in uw douche en toilet.
- Zet dingen die u dagelijks gebruikt op grijphoogte zodat u niet hoeft te bukken.
- Leg een antislipmat in de douche.
- Een douchestoel/ douchekruk. Als u alleen een bad heeft, kunt u een badplank gebruiken. Daardoor kunt u als het ware op het bad zitten en douchen in bad.
- Gebruik zo nodig een toiletverhoger, zodat u makkelijk op kunt staan van de wc. Uw voeten moeten wel de grond raken.
- Een te laag bed kan lastig zijn voor het opstaan. Zet het bed op klossen om het te verhogen. Of leg een extra matras op uw matras. Als u alleenstaand bent en nu ook moeite heeft met traplopen, kunt u overwegen om een bed beneden te

plaatsen. Eventueel zijn bij de thuiszorgwinkel hoog/laagbedden te leen.
- Verwijder losse matten en kleden (tijdelijk) uit uw woning. Als u met krukken moet lopen, kunnen de matten voor gevaarlijke situaties zorgen.
- Het is verstandig om al vóór de operatie te regelen dat iemand uit uw omgeving u de eerste weken na de operatie komt helpen met het huishouden. vanuit uw omgeving voor de eerste weken na de ingreep. U moet met 2 krukken lopen en zult een aantal huishoudelijke taken niet zelf kunnen uitvoeren. Informeer tijdig naar de mogelijkheden bij afdeling wet maatschappelijke ondersteuning (WMO) of het zorgloket van uw gemeente. De gemeente mag er 6 weken over doen om uw aanvraag in behandeling te nemen. U betaalt altijd een eigen bijdrage; de hoogte verschilt per gemeente.

Hulpmiddelen:

- Een grijper (helping hand): hiermee kunt u spullen van de grond pakken.
- Sokaantrekker: voor sokken en pantykousen, NIET voor elastische kousen of steunkousen.
- Lange schoenlepel: hiermee hoeft u niet te bukken.
- Elastische schoenveters: gebruik deze in plaats van uw gewone veters. U hoeft maar één keer de schoen te strikken. De veter rekt mee als u de schoen aantrekt.
- Badborstel: voor het wassen van de onderbenen en voeten. Als u een droog washandje om de borstel bindt, kunt u zich daar ook mee afdrogen.
- Bretels: bevestig bretels aan de voor- en achterkant van uw (onder)broek; dan kunt u met de bretels uw (onder)broek omhoog trekken.
- Postoel: deze raden wij aan als het toilet op een andere verdieping is dan uw slaapkamer. Een postoel is te leen bij de thuiszorgwinkel.

Voor het uitlenen, huren en kopen van hulpmiddelen kunt u terecht bij een thuiszorgwinkel. In het Jeroen Bosch Ziekenhuis is een thuiszorgwinkel van Medicura (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/locaties-en-prikposten/s-hertogenbosch/voorzieningen-op-en-rond-de-boulevard/zorgwinkel-vivent-medicura) (achter de roltrap). Op hun website vindt u informatie over het ophalen, het bestellen en de kosten van hulpmiddelen.

Kijk op hulpmiddelenwijzer.nl (https://www.hulpmiddelenwijzer.nl/activiteit/persoonlijke-verzorging#pageType=product) voor meer informatie over hulpmiddelen.

Maaltijdservice

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.

Andere mogelijkheden zijn:

- Kant- en klaar maaltijden
- Maaltijden invriezen
- Maaltijdservice. Er zijn allerlei aanbieders die tegen betaling gezonde maaltijden aan huis bezorgen.
- Bezorging van boodschappen door uw supermarkt.

Zorg na ontslag

Meestal mag u de dag na de operatie weer naar huis. Het is belangrijk dat u van tevoren nadenkt over de ondersteuning die u de eerste periode nodig denkt te hebben en deze zo nodig ook van tevoren regelt.

Thuiszorg

Als de poliverpleegkundige met u heeft afgesproken dat er thuiszorg voor u geregeld wordt na de operatie, dan kan dit pas geregeld worden wanneer de opnamedatum bekend is. Thuiszorg wordt ongeveer 3 dagen voor de operatie aangevraagd. De thuiszorg bepaalt welke zorg er nodig is.

Revalidatieplaats

U komt in principe niet in aanmerking voor een revalidatieplaats. Als de operatie verloopt zoals verwacht, kunt u - ook als u alleenstaand bent - thuis herstellen. Na de operatie mag u lopen met een loophulpmiddel. Mogelijk zijn er extra voorzieningen en thuiszorg nodig. Als u en uw naasten denken dat u niet terug naar huis kunt gaan, dan kunt u zelf van tevoren een zorghotel regelen. Informeer bij uw zorgverzekeraar naar de vergoeding van de kosten. Het ziekenhuis geeft geen indicatie af hiervoor.

Bij eventuele complicaties na de operatie beoordelen we opnieuw welke nazorg u nodig heeft.

Heeft u vragen hierover, dan kunt u bellen met de poliverpleegkundige Orthopedie: (073) 553 52 86.

Infecties voorkomen

Infecties in het lichaam kunnen het bloed en later de kunstheup besmetten. Heeft u vlak voor de opname een infectie waar u voor behandeld wordt? Of heeft u puistjes, vlekken of andere huidafwijkingen? Bel dan naar 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.

U mag de eerste 6 weken na de operatie geen pedicurebehandeling ondergaan.

Medicijngebruik

De behandeld specialist of anesthesioloog bespreekt met u of u voor de operatie moet stoppen met bepaalde medicijnen die u gebruikt. Dit kunt u terugvinden in de brief van de anesthesist (Preoperatieve Screening)

Let op! Stop op tijd met bloed verdunnende medicijnen als dit is afgesproken!

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 (https://www.rookvrijookjij.nl/) of belt u naar (076) 889 51 95.

Griepprik

We adviseren u om 2 weken voor de operatie en 2 weken na de operatie geen griepprik te nemen.

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. Het is verstandig om hier gebruik van te maken.

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

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 de 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 ongeveer 3 tot 4 uur. Normaal gesproken kunt u de dag na de operatie weer naar huis.

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.
- 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.

Na de operatie

Enkele uren na de operatie zet u - onder begeleiding van de fysiotherapeut - de eerste passen met een looprek.

De dag na de operatie gaat u in de ochtend met ontslag. Regel van tevoren dat een naaste u komt ophalen.

We helpen u 's ochtends eerst met wassen en aankleden. Daarna neemt u plaats in de huiskamer. De fysiotherapeut neemt daar de oefeningen met u door. De verpleegkundige neemt de ontslagpapieren met u door. Laat uw naaste een rolstoel meebrengen naar de afdeling.

Voordat u naar huis gaat, gaat u met uw naaste tussen 10.00 en 12.00 uur nog naar de afdeling Radiologie voor een controle röntgenfoto.

Vergeet niet om langs de apotheek bij de ingang van het JBZ te gaan om uw medicijnen op te halen.

Herstel thuis

Lees eventueel al de informatie over de eerste periode na de operatie en de leefregels/ adviezen voor thuis.

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. Dit is mogelijk door in te loggen via mijnjbz.nl of via de MijnJBZ-app: HiX Patiënt (https://www.jeroenboschziekenhuis.nl/mijnjbz/meer-informatie-over-mijnjbz/mijnjbz-app-hix-patient).

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)

Code ORP-011a

Copyright 2026 Jeroen Bosch Ziekenhuis