

La degenza in ospedale prevista per i pazienti dopo un intervento di protesi dell'anca è un massimo di 3 giorni. In base alle sue condizioni, potrebbe essere dimesso prima del termine previsto:

Test previsti durante la visita:

- Radiografia: un'immagine dell'anca per verificare la nuova articolazione.
- Elettrocardiogramma (ECG o EKG): cerotti adesivi applicati sul torace del paziente per monitorarne il battito cardiaco.
- Parametri vitali: normale controllo della temperatura, della pressione arteriosa, del battito e dei livelli di ossigeno.
- Esami del sangue

Durante la degenza, lavoreremo insieme per gestire il dolore e renderla in grado di muoversi prima di lasciare l'ospedale.

In caso di domande durante il percorso, non esiti a chiedere!

## **Giorno dell'intervento**

- Dopo l'intervento, sarà monitorato per almeno 2 ore in sala di risveglio prima di essere riportato nella sua stanza
- All'arrivo all'unità, incontrerà i membri del team sanitario. Il team sanitario è a sua disposizione per rispondere a domande o perplessità durante la sua degenza.
- Si faccia portare in stanza da un membro della sua famiglia un paio di stampelle o un deambulatore, le sue scarpe, oggetti personali e dispositivi speciali.
- Dopo l'intervento le è consentito mangiare. Tuttavia, ritrovare l'appetito potrebbe richiedere tempo.
- Se deve usare il bagno, chieda all'infermiere di aiutarla.
- Muova i piedi in avanti, all'indietro e descrivendo dei cerchi per migliorare la circolazione delle gambe dopo l'intervento.
- Le sarà somministrato un farmaco per ridurre il dolore. In caso di dolore persistente, si rivolga a un membro del team.
- Consulti il team sanitario per sapere quando può scendere dal letto e incominciare a muoversi.

## **Giorno 1: Ristabilimento**

- L'attività fisica è una componente importante della degenza e la incoraggiamo a prendere parte al maggior numero di attività possibile. Questo potrebbe includere sedersi sul bordo del letto, camminare con un tutore per deambulazione o delle stampelle oppure alzarsi per i pasti.
- Segua le precauzioni per l'anca indicate dal suo team sanitario per almeno 3 mesi dopo l'intervento o in base al consiglio del suo medico.
- Il controllo del dolore le consentirà di muoversi e uscire dal letto, cosa fondamentale per il suo recupero. Se non riesce a controllare il dolore, lo comunichi al team sanitario.
- Faccia respiri profondi, tossisca e sollevi e abbassi i piedi e le dita dei piedi ogni ora. Questi esercizi contribuiscono a evitare complicazioni.
- Un fisioterapista le mostrerà come spostarsi in modo sicuro e gli esercizi da realizzare per favorire il recupero delle forze ed evitare rigidità e debolezza.

- Un ergoterapeuta le insegnerà come completare le sue attività giornaliere in modo sicuro durante il recupero dell'anca. Le mostreranno come utilizzare le attrezzature speciali a sua disposizione per assicurarle una dimissione sicura dall'ospedale.
- Dovrà assumere ammorbidenti delle feci e lassativi per aiutarla in caso di costipazione causata dagli antidolorifici. Avvisi il team sanitario se prova disturbi o si sente costipato.

## **Giorno 2: Ristabilimento**

- Si consulti con il team sanitario per stabilire un livello di attività sicuro. Pratici esercizi specifici per rafforzare l'anca.
- Sarà in grado di uscire dal letto con assistenza. Utilizzi un tutore per deambulazione o delle stampelle per andare in bagno o camminare nel corridoio.
- Riprendere le sue attività quotidiane a casa richiederà tempo. Cose semplici come andare a letto o sedersi su una sedia richiederanno uno sforzo maggiore. Il team sanitario le indicherà come prendersi cura della sua persona a casa.
- Esamini il suo piano di dimissione con un membro del team sanitario. Si assicuri di aver compreso i passaggi successivi ed esponga eventuali domande o perplessità.

## **Giorno 3: Dimissione**

- Mantenersi attivi è la cosa più importante per la guarigione. Effettui brevi camminate per aumentare la sua forza e resistenza. Se si sente debole o stanco, si conceda una pausa ma non resti seduto o disteso in un luogo troppo a lungo.
- Riceverà un appuntamento per una visita di controllo con il suo chirurgo. Dovrà inoltre prendere un appuntamento per vedere il suo medico di famiglia.
- L'infermiere le fornirà le informazioni necessarie per curare il taglio, medicarsi e fare il bagno una volta a casa.

In caso di domande durante il percorso, non esiti a chiedere!