



CONSEILS

TOILETTES

Si vos toilettes sont trop basses, il existe des rehausseurs et des barres d'appuis.



RAMASSER UN OBJET PAR TERRE

Se tenir à un meuble stable, poser un genou par terre (genou du côté de la prothèse de hanche)



FACILITER LE QUOTIDIEN

Des aides techniques pourront être mises en place par le éducateur.

Pendant votre séjour, pour tout conseil, vous pouvez contacter l'ergothérapeute au 310



INFOS PRATIQUES

Adresse postale

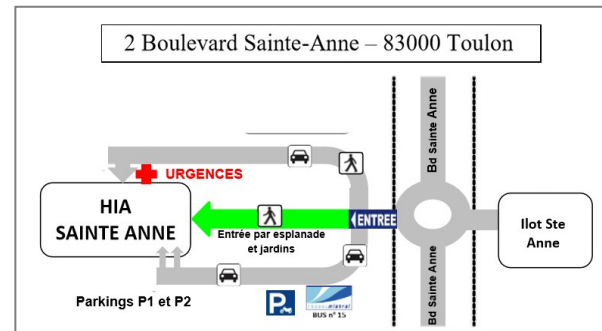
BCRM Toulon | HIA Sainte Anne
2 boulevard Sainte-Anne | BP 600
83800 TOULON CEDEX 9

Prise de rendez-vous

04 83 16 20 10

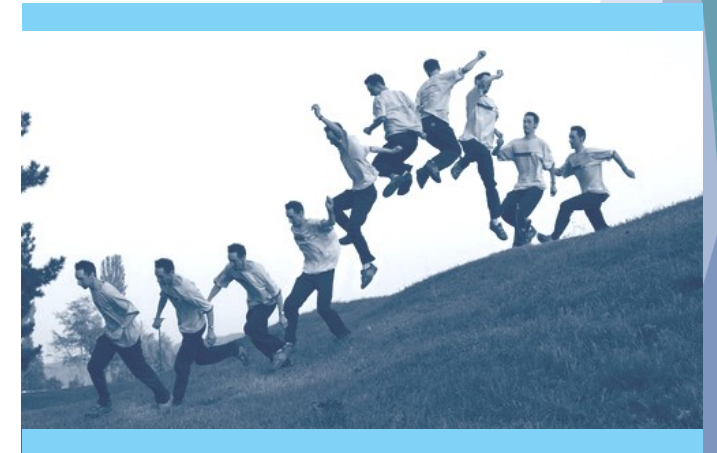
Secrétariat du service d'orthopédie

04 83 16 24 60



Ligne de bus : 15 et 40

PROTHESE DE HANCHE par voie postéro-latérale



Accès à la vidéo YouTube SSA/HIA Sainte-Anne :
Exercices de rééducation après chirurgie -
prothèse de hanche - voie postérieure



Service de Médecine Physique
et Réadaptation

Informations et conseils après chirurgie pour une prothèse de hanche

Qu'est ce qu'une prothèse de hanche ?

Une prothèse de hanche est composée de 3 parties :

- une tige fémorale qui se fixe dans le fémur
- une tête fémorale
- le cotyle prothétique fixé au bassin

Qu'est ce que la voie d'abord postéro-latérale ?

Pour accéder à votre hanche, votre chirurgien a coupé des tissus situés au niveau de la fesse. Malgré la suture des tissus, **il faut respecter des délais de cicatrisation et conseils d'hygiène de vie pour éviter les risques de luxation.**



NE PAS FAIRE

NE PAS COMBINER

- Flexion de hanche
- Adduction de hanche
- Rotation interne de hanche



PRUDENCE

les 3 premiers mois !!

- Ne croisez pas les jambes
- Ne pivotez pas sur la jambe opérée
- Ne vous accroupissez pas
- Evitez les sièges trop bas et trop mous

RISQUE DE LUXATION

FAIRE

SE LEVER DU LIT

Du côté de la jambe opérée

- Prothèse à droite : descendez côté droit du lit
- Prothèse à gauche : descendez du côté gauche du lit

SE COUCHER

Du côté de la jambe opérée

- Prothèse à droite, montez du côté droit du lit
- Prothèse à gauche, montez du côté gauche du lit

Si vous aimez dormir sur le côté , vous le pouvez !

- Du côté de la prothèse si cela ne vous crée pas de douleurs
- ou du côté opposé en mettant un coussin entre les jambes pour ne pas qu'elles se croisent.

Service de Médecine Physique et Réadaptation

NIVEAU 0 Secteur Centre