

Inhaltsverzeichnis

1

... und jetzt ein künstliches Hüftgelenk?

Schmerzen	► Wenn gar nichts mehr hilft	1
Checkliste	► Wann ein künstliches Hüftgelenk helfen kann	4

2

Warum ein künstliches Hüftgelenk nötig wird

Anatomie	► Wie ein gesundes Hüftgelenk funktioniert	5
Arthrose	► Was die Schmerzen im Gelenk verursacht	9
Ursachen	► Wodurch Arthrose entsteht ■ Altersbedingte Arthrose ■ Arthrose durch mangelnde Überdachung des Hüftkopfes ■ Arthrose durch Rheuma ■ Arthrose nach Verletzungen und Unfällen	11 11 14 16 21
Arthrose- Stadien	► Wie schlimm es werden kann ■ Arthrose Grad I ■ Arthrose Grad II ■ Arthrose Grad III ■ Arthrose Grad IV	25 26 27 29 33

3

Wege aus dem Schmerz: Künstliche Hüftgelenke

Hüftendo- prothesen	► Formen, Materialien, Verfahren	37
	■ Oberflächenersatz	41
	■ Kurzschäftendoprothese	44
	■ Standardendoprothese	47
	■ Revisionsschaft	51
	■ Revisionspfanne	55
	■ Künstliche Hüftgelenke im Überblick	58
Haltbarkeit	► Lange, doch nicht unbegrenzt	60
Komplikationen	► Selten aber möglich	62
Vorbehalte	► Wann besser nicht operiert wird	65

4

Die Operation: Entscheidungen, Vorbereitungen, Abläufe

Im Vorfeld	► Kostenfragen und Wahl der Klinik ..	67
Die Zeitplanung	► Termine und Zeiträume	68
In der Warte- schleife	► Die Zeit sinnvoll nutzen	70
Beim Hausarzt	► Vor-Untersuchungen	71
In der Klinik	► Aufnahme, Aufklärung, Untersuchungen	71
Die Narkose	► Methoden und Möglichkeiten	75
Operations- verfahren	► Implantation mit Navigation	77
Die Operation	► Ablauf und Dauer	79
Nach der Operation	► Die ersten Stunden	81
	■ Der erste Besuch	84
	■ Die ersten Bewegungen	84
Die ersten Tage	► Medikamente und Hilfsmittel	85

5

Anschlussheilbehandlung

Rehabilitation	► Warum es in der Klinik besser geht	89
Physiotherapie	► Methoden	91
	■ Wärme	91
	■ Kälte	93
	■ Lymphdrainage	93
	■ Frühmobilisation	94
	■ Hydrotherapie	95
	■ Manuelle Therapie und Krankengymnastik	97
	■ Medizinische Trainingstherapie	97

6

Die nächsten Wochen

Das geht:	► Erlaubtes und Verbotenes im Alltag	101
------------------	--	-----

7

Die nächsten Monate und Jahre

Nachuntersuchungen	► Wann und wie oft?	105
Sport	► Was empfehlenswert ist	106

8

In Bewegung bleiben

Übungen für die Hüfte	► Muskulatur und Stabilität verbessern	109
------------------------------	--	-----

9**Das künstliche Hüftgelenk: Kurz und knapp**

119

10**Anhang**

Übersetzung medizinischer Fachbegriffe	124
Der Autor/Die Mitarbeiterin	132
Verzeichnis der Abbildungen	133
Danke	134
Sachverzeichnis	135