

# TOTÁLNA ENDOPROTÉZA KOLENNÉHO KLĽBU

## Písomná informácia pre pacientov

### ■ Čo je totálna endoprotéza kolenného kĺbu?

Totálna náhrada kĺbu umelým implantátom sa nazýva endoprotéza. Cieľom implantácie totálnej endoprotézy kolenného kĺbu je úľava od bolesti, obnovenie rozsahu pohyblivosti, zlepšenie stability, čo má zásadný vplyv na zlepšenie kvality života. Dodržiavaním odporúčaní prispějete k Vašej úspešnej rekonvalescencii a dlhšej živnosti Vášho nového kĺbu.



### ■ Aké vyšetrenia sú potrebné pred hospitalizáciou?

- Interné predoperačné vyšetrenie:
  - ✓ vykonáva všeobecný lekár, nesmie byť staršie ako 2 týždne ku dňu hospitalizácie
  - ✓ má obsahovať kompletnú a aktuálnu liečbu v prípade úpravy v perioperačnom období
  - ✓ internista predoperačne odporučí vhodné dávkovanie nízkomolekulárneho heparínu
- Anestéziologické predoperačné vyšetrenie
- Vyšetrenie fokusov (krčné vyšetrenie, stomatochirurgické - zubné vyšetrenie, gynekologické vyšetrenie u žien), vyšetrenie moču na kultiváciu a citlivosť u obvodného lekára

### ■ Čo je potrebné priniesť so sebou na hospitalizáciu?

- hydratačný krém na kožu
- ženám odporúčame, aby uprednostnili nočné košeľe pred pyžamovými nohavicami
- mužom odporúčame krátke nohavice
- menšiu fľašu cca 0,5l s regulovaním saním

### ■ Čo Vás čaká pred operačným výkonom?

- sestra prevezme dokumentáciu s interným a anestéziologickým predoperačným vyšetrením, prijme Vás na oddelenie a oboznámi s denným režimom oddelenia
- od polnoci nič nejest' a nepiť
- večer pred operáciou Vám bude podaný glycerínový čípok, pre vyprázdnenie čreva, sestra Vám aplikuje injekciu na prevenciu zrážania krvi
- ráno je potrebné sa osprchovať s dezinfekčným mydlom Betadine,
- končatinu, ktorá bude operovaná lekár označí fixou, aby nedošlo k zámene,
- na zdravú dolnú končatinu bude naložená bandáž
- ráno je potrebné užiť lieky - na tlak, srdce a štítnu žľazu, iné lieky neužívať, pokiaľ Vás o tom nebude informovať sestra alebo lekár
- sestra ráno zavedenie žilový katéter, ženám močový katéter
- pred odchodom na operačnú sálu Vám sestra podá antibiotika do žilového katétra

### ■ Čo Vás čaká po operačnom výkone?

- po operácii Vás preložia z operačnej sály na pooperačnú izbu, kde zotrváte 24 hodín
- sestra Vás poučí o režime po anestézii, vzhľadom na typ anestézie
- po operácii budete mať v operačnej rane zavedený drén, ktorý odsáva sekréty, predovšetkým krv z miesta operačnej rany
- operovaná dolná končatina bude zapolohovaná pomôckou pod pätu, ktorá Vám bude fixovať správnu polohu končatiny
- sestra Vám bude pravidelne kontrolovať vitálne funkcie, bolesť a podávať terapiu podľa ordinácie lekára, zaznamenáva príjem a výdaj tekutín, odoberie krv na laboratórne vyšetrenie
- ráno po vizite lekár odstráni drén z operačnej rany, absolvujete RTG vyšetrenie operovaného kĺbu a následne Vás preložia na štandardnú izbu
- pod vedením fyzioterapeuta začnete s cvičením a rehabilitáciou na posteli

# TOTÁLNA ENDOPROTÉZA KOLENNÉHO KLĽBU

## Písomná informácia pre pacientov

- postupne budete mobilizovaný v sebaobslužných činnostiach, hygiene, toalete, pri sede, neskôr pri chôdzi
- po ukončení hospitalizácie budete preložený do Vami vybraného rehabilitačného centra

### ■ Odporúčania po ukončení hospitalizácie

- spíte na pevnom, rovnom lôžku
- striedajte sed, chôdzu, ľah, sed'ťe na vyššej, pevnejšej stoličke s opierkou
- polohujte operovanú končatinu v ľahu na chrbte, alebo na bruchu s vystretými dolnými končatinami
- dodržujte pravidelné denné cvičenia (podľa odporúčenia fyzioterapeuta) na zlepšenie stability kĺbovej náhrady
- na chôdzu a bežné činnosti stačí 90° uhol zohnutia v kĺbe
- choďte pomaly v prirodzenom rytme
- na chôdzu používajte pevnú, pohodlnú obuv s protišmykovou podrážkou (nie šľapky)
- pri obúvaní si pomáhajte obuvákom s dlhou rúčkou
- po ukončení hospitalizácie používajte na chôdzu 2 vysoké nemecké barle 4 až 6 týždňov
- nenoste bremená nad 5 kg
- udržiňte si optimálnu hmotnosť
- každé ráno si bandážujte si dolné končatiny (elastické ovínadlá, alebo antitrombotické pančuchy)
- nepreceňujte svoje sily
- absolvujte plánované kontroly u ortopéda
- dodržujte odporúčania lekára, vrátane medikamentózneho liečby

### ■ Odporúčané aktivity po ortopedickej kontrole

- plávanie (kraul)
- ľahká jazda na bicykli
- prechádzky po rovných, dobre prístupných terénoch, chôdza po schodoch

### ■ Zakázané činnosti

- kľáčanie na kolenách, hlboké drepy
- používať rôzne formy tepla nad 35°C
- vysokohorská turistika, horská cyklistika, loptové hry (futbal, volejbal), zjazdové lyžovanie, všetky formy bojových športov, korčuľovanie

### ■ V prípade uvedených stavov je nutné navštíviť lekára

- horúčka nad 38°C
- zväčšenie opuchu, veľkej citlivosti, sčervenenie, alebo zväčšujúca sa bolesť v operovanej končatine
- výtok z operačnej rany

Spracoval: Bc. Zuzana Muľová  
Bc. Veronika Zaputílová