

La rééducation post-opératoire et la reprise des activités

Le jour de l'intervention, le kinésithérapeute vous lève et vous aide à marcher. Des cannes peuvent vous être utiles les premiers jours et seront le plus souvent abandonnées entre 2 et 4 semaines après l'intervention. La montée et la descente des escaliers se fait à partir du 2ème jour. Sauf cas très particulier, il n'est pas nécessaire d'aller en centre de rééducation et un kinésithérapeute de ville pourra vous encadrer après l'hospitalisation. La reprise rapide de vos activités est votre kinésithérapie principale. La technique chirurgicale utilisée nécessitant la section puis la réinsertion des muscles pelvi-trochantériens, certains gestes sont à éviter durant 6 semaines, ce qui correspond à la phase de cicatrisation de la voie d'abord. Ces mouvements vous seront expliqués par le kinésithérapeute durant votre hospitalisation.

La reprise du volant est envisageable 1 mois après l'intervention. Celle du travail survient en général après le 1er mois et cela en fonction de votre profession, une activité de bureau pouvant être plus précoce. Les activités sportives débutent progressivement après le 2e mois.

Quels sont les risques et les complications ?

En plus des risques communs à toute intervention et des risques liés à l'anesthésie, notons quelques risques plus spécifiques à cette chirurgie :

Il est possible que la zone opérée saigne après l'intervention et qu'il se forme un hématome. En fonction de l'importance du saignement, une évacuation de l'hématome ou une transfusion peuvent s'avérer nécessaires.

La survenue d'une infection de la prothèse, bien que rare (risque inférieur à 1% dans notre établissement), est une complication sévère puisqu'elle peut nécessiter le changement de la prothèse ainsi qu'un traitement antibiotique de longue durée. Quand elle est détectée rapidement, un simple lavage de la prothèse et une antibiothérapie peuvent être suffisants.

Les nerfs qui entourent la hanche peuvent être accidentellement blessés. Cette complication exceptionnelle peut occasionner une douleur et une perte de la sensibilité de certaines parties de la cuisse.

Des petits caillots de sang solidifié peuvent se former et se coincer dans les veines de la jambe occasionnant une phlébite. Afin de prévenir cette complication, un traitement anticoagulant est prescrit et des bas de contention sont portés pendant plusieurs semaines.

La prothèse de hanche peut se déboîter lors de certains mouvements extrêmes. L'implantation de la prothèse par une voie d'abord postérieure nécessite d'éviter certains mouvements extrêmes pendant 6 semaines. Ces mouvements vous seront expliqués par le kinésithérapeute. Lorsqu'une luxation survient, une réduction de la prothèse est nécessaire par manœuvres externes à l'hôpital. Dans la grande majorité des cas, il n'est pas nécessaire de réopérer.

Les risques énumérés ne constituent pas une liste exhaustive. Votre chirurgien vous donnera toute explication complémentaire et se tiendra à votre disposition pour évoquer avec vous chaque cas particulier avec les avantages, les inconvénients et les risques de l'intervention.

Quels sont les résultats attendus de votre opération ?

Les résultats de cette technique sont très encourageants puisqu'on retrouve une disparition souvent spectaculaire des douleurs ainsi qu'une récupération rapide de la mobilité et de la forme musculaire. La marche normale sans aucune boiterie est obtenue généralement dans le mois suivant l'intervention.

Même si le résultat est souvent impressionnant et que beaucoup de patients oublient qu'ils portent une prothèse, il est tout de même préférable d'éviter les travaux de force et les sports violents. Ces activités peuvent augmenter l'usure et diminuer la durée de vie de la prothèse malgré l'utilisation de nouveaux matériaux plus résistants. Certaines activités comme le vélo, la natation, le golf ou la randonnée sont possibles voire conseillées alors que la prudence s'impose pour le ski, le tennis et le footing.

La durée de vie moyenne d'une prothèse de hanche est d'environ 20 ans. On peut espérer qu'avec les progrès sur les matériaux utilisés aujourd'hui, les résultats seront encore meilleurs avec une longévité plus importante.