

Fysiotherapie

## Contactgegevens Alrijne Ziekenhuis

Alrijne Ziekenhuis Leiden  
Houtlaan 55  
2334 CK Leiden  
071 517 8178

Alrijne Ziekenhuis Leiderdorp  
Simon Smitweg 1  
2353 GA Leiderdorp  
071 582 8282

Alrijne Ziekenhuis Alphen aan den Rijn  
Meteoorlaan 4  
2401 WC Alphen aan den Rijn  
0172 467 467

# Collumfractuur

## Wat is een collumfractuur?

Bij een collumfractuur heeft u de hals van uw dijbeen gebroken. Uw heupgewricht bestaat uit een kop en een kom. De heupkom maakt onderdeel uit van het bekken en de heupkop is onderdeel van het dijbeen, ook wel het femur genoemd. De heupkop is via de dijbeenhals, de collum, verbonden met het dijbeen. Onder de dijbeenhals zitten twee botverdikkingen. Aan deze botverdikkingen hechten sterke spieren.

## Behandeling

Als u een collumfractuur heeft, krijgt u bijna altijd een operatie. Zonder operatie zou u langere tijd moeten rusten en dat zou te veel tijd in beslag nemen. Daarnaast is het ook nog zo dat als u lange tijd bedrust heeft u dan een grotere kans heeft op complicaties zoals trombose, longembolie, long- of blaasontsteking en decubitus. Naast deze complicaties zorgt bedrust er ook voor dat uw conditie achteruit gaat.

## Totale heupprothese

Een totale heupprothese bestaat uit een heupkom en een steel met daarop de heupkop. Bij een totale heupprothese na een collumfractuur is de kans op ontwrichting (uit de kom schieten) iets groter dan een totale heupprothese bij artrose. Dit komt omdat de **heup vaak nog soepeler** is en daardoor makkelijker uit de kom zou kunnen gaan. Daarom zijn aan deze operatie leefregels verbonden. Deze leefregels worden onder het kopje fysiotherapie uitgelegd.

## Spoedopname en operatie

Meestal wordt u als u een heupfractuur heeft binnen 24 uur geopereerd, behalve als het nodig is om meer onderzoeken te doen en/of andere artsen te spreken daarover. Meestal is er geen sprake van een levensbedreigende situatie. Daarom zal de operatie zo snel mogelijk plaatsvinden, maar moet daarbij gekeken worden naar de praktische mogelijkheden zoals andere spoedoperaties, beschikbaarheid van operatiepersoneel etc.

Na de operatie of voordat u nog geopereerd wordt, komt u te liggen op een van de afdelingen in het ziekenhuis. Dat kan de afdeling Orthopedie of de afdeling Geriatrische Trauma Unit (GTU) zijn. De verpleging van de betreffende afdeling neemt contact op met uw eerste contactpersoon voordat u naar het operatiecomplex wordt gebracht. Wanneer u weer terug bent op de afdeling na de operatie wordt de eerste contactpersoon ook weer op de hoogte gebracht door de verpleging.

Op de dag van de operatie krijgt u een operatiehesje aan. Voor de operatie moeten alle losse onderdelen verwijderd te worden. Wij adviseren om sieraden en waardevolle spullen met uw familie/naasten mee te geven.

## Na de operatie

### Recovery

U wordt na de operatie naar de recovery, ook wel de uitslaapkamer gebracht. U mag weer teruggebracht worden naar de afdeling GTU of afdeling Orthopedie als uw gezondheidstoestand stabiel is. Na de operatie heeft u:

- Een pleister op de heup.

- Een infuus, waardoor u genoeg vocht en zo nodig medicatie toegediend krijgt.
- Eventueel een slangetje in de blaas (urinekatheter), waardoor de urine afgevoerd wordt naar een opvangzak.

### **Pijnbestrijding**

U krijgt op vaste tijden van de verpleegkundigen pijnstillers. De verpleegkundige vraagt u regelmatig of u een cijfer kunt geven aan de pijn, of zij maakt gebruik van een observatieschaal. Afhankelijk van de score wordt de pijnstilling aangepast.

Heeft u tussendoor toch nog veel pijn, geeft dit dan door aan de verpleegkundige. Ook wanneer het mobiliseren (gewricht beter te laten bewegen) nog erg pijnlijk is, kunt u voor het mobiliseren en de fysiotherapie om extra pijnmedicatie vragen, zodat het mobiliseren beter gaat en u de oefeningen beter uit kunt voeren. Dat helpt u weer verder in uw revalidatie.

### **Revalidatie**

Door goede en andere pijnstilling ervaart u met een nieuwe heup minder pijn en kan de revalidatie direct de dag na de operatie starten. Het revalideren wordt opgestart doordat u de dag na de operatie uit bed komt onder begeleiding van de fysiotherapeut en/of verpleegkundige. De fysiotherapeut komt de eerste dagen na de operatie dagelijks bij u langs om samen met u te oefenen. Deze oefeningen zijn gericht op:

- Verbetering van de bloedsomloop.
- Verbetering van de spierfunctie van uw hele lichaam.
- Bewegelijkheid van het heupgewricht.
- Coördinatie van het lichaam.
- Looptraining met passend hulpmiddel.

Ook krijgt u informatie over de leefregels die de eerste 6 weken nageleefd moeten worden bij een nieuwe heupprothese na een gebroken heup.