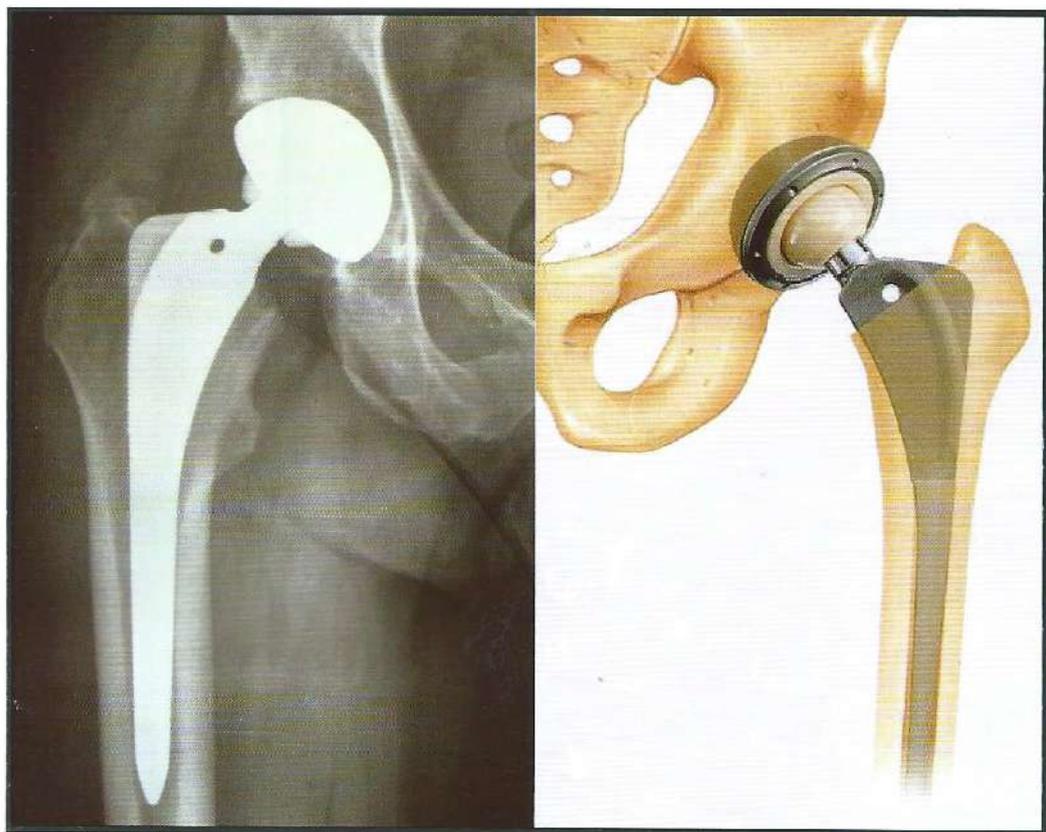


MANUAL DE ORIENTAÇÕES DO PACIENTE

ARTROPLASTIA DO QUADRIL



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

ARTROPLASTIA TOTAL DO QUADRIL

MANUAL DE ORIENTAÇÕES

O quadril é formado pelo acetábulo (osso da bacia) e pela cabeça do fêmur (osso da coxa) - figura 1. Esta importante articulação (junta) pode apresentar diversas doenças como fratura, artrose (desgaste), entre outras. Muitas dessas doenças podem ser resolvidas por meio de uma cirurgia que substitui a articulação. Esta cirurgia é conhecida como artroplastia do quadril ou prótese de quadril.

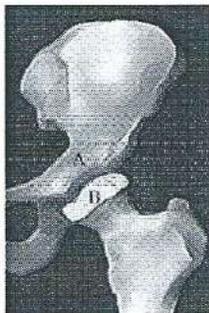


Figura 1: Articulação do quadril formada pelo Acetábulo (A) e a cabeça do fêmur (B).

PRÓTESE DO QUADRIL

A artroplastia ou prótese de quadril consiste em substituir a articulação doente por uma artificial.

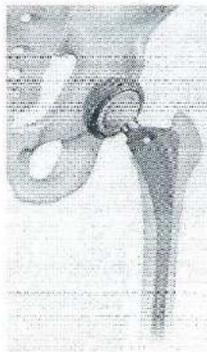


Figura 2 – Prótese total do quadril sem cimento.



TIPOS de PRÓTESES

Existem vários tipos e modelos de próteses. As próteses podem ser fixadas ao osso com cimento ortopédico (fig.4 e fig. 5) ou sem cimento (fig. 2). Na escolha da prótese leva-se em conta a doença que acomete o quadril, a idade e as atividades que o paciente exerce, além da experiência e preferência individual do cirurgião. Assim, você perceberá que alguns pacientes possuem um tipo de prótese diferente da sua, o que implica em algumas diferenças na fisioterapia pós-operatória, como por exemplo, o tempo de uso de muletas ou andador. No entanto, como veremos mais para frente, muitos cuidados fisioterápicos são comuns a todos os pacientes, independente do tipo de prótese.

O QUE SE ESPERA DA PRÓTESE?

Espera-se uma melhora da dor e da movimentação do quadril operado. Alguns pacientes apresentam uma recuperação mais rápida do que outros. O tempo de recuperação pode ser mais longo nos casos de doenças que estão em um estágio mais avançado.

COMPLICAÇÕES

Existem algumas complicações neste tipo de cirurgia. Embora raras, medidas são tomadas pelo cirurgião para preveni-las. Destacamos entre as complicações a trombose venosa profunda (entupimento das veias da perna) que é prevenida com o uso de medicação logo após a cirurgia. Outra complicação é a infecção pós-operatória, que tem como prevenção o uso de antibióticos.

A CIRURGIA

A cirurgia para colocação de uma prótese total do quadril é considerada uma operação de grande porte, que deve ser realizada por uma equipe especializada. Alguns esclarecimentos serão apresentados neste manual para que você entenda a sua cirurgia e colabore com a Equipe Médica visando o maior sucesso da sua cirurgia.

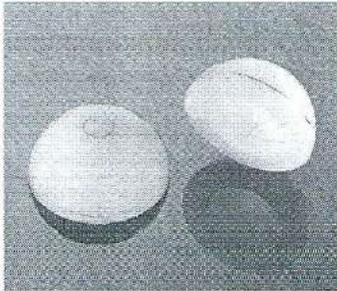


Figura 4. Componente acetabular (fixado à bacia) de polietileno, cimentado.



Figura 5. Componente do fêmur, cimentado.



Antes da cirurgia

- Algumas medicações devem ser interrompidas alguns dias antes da cirurgia. Se você toma **Marevam (Varfarina)**, **Plavix (Clopidogrel)**, **Ticlid (Ticlopidina)** ou outro anticoagulante ou anti-agregante plaquetário, deve suspender a medicação com antecedência. **Na dúvida, sempre converse com o seu médico!**

- Leve para o hospital uma lista com os seus medicamentos e a dose utilizada diariamente.

- Não é necessário raspar os pêlos do corpo antes da cirurgia.

- É exigido jejum absoluto de 8 horas, portanto não coma ou beba nada neste período.

- Não esqueça de levar todos os exames pré-operatórios inclusive a suas radiografias.

- Apresente-se no horário solicitado na recepção do hospital para a internação. Você aguardará no quarto até o momento da cirurgia.

- O tempo cirúrgico varia de acordo com cada caso. O seu médico informará o tempo previsto da sua cirurgia, no entanto, a cirurgia nem sempre começa no horário previsto, assim os familiares não deverão se preocupar com os possíveis "atrasos".

- Para sua comodidade, providencie antes da cirurgia os seguintes itens que serão necessários após a operação:

1) Andador (pode ser alugado) por um período de 45 dias.



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

2) Cadeira higiênica (pode ser alugada) por um período de pelo menos 30 dias após alta



3) Assento elevado para ser utilizado após dispensar a cadeira higiênica



4) Meias de média compressão 7/8 por um período de 30 dias ou mais dependendo se você tiver propensão para trombose venosa.



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

Durante a cirurgia

A escolha da anestesia depende de cada caso e o anestesista julgará qual será a melhor e mais segura para você.

A via de acesso, ou corte cirúrgico, normalmente é na parte lateral na coxa (Fig. 6). No final da cirurgia é colocado um dreno (pequeno tubo de plástico) no local da operação que permanecerá com o curativo por aproximadamente 24 horas.

Algumas vezes é necessária a transfusão de sangue, já que esta é uma cirurgia de grande porte.

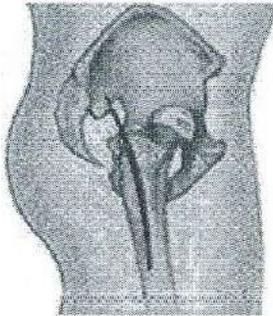


Figura 6. Corte cirúrgico



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

Pós cirurgia

Quando acabar o efeito da anestesia, a dor será controlada com administração de medicamentos, você receberá diariamente uma pequena injeção na região da barriga que serve para prevenir a trombose (entupimento das veias). Existem vários medicamentos para prevenir o Tromboembolismo, pode ser injetável ou por via oral, normalmente prescrevemos estes medicamentos durante 35 dias (profilaxia prolongada). No caso de preferência pelo medicamento INJETÁVEL (ENOXAPARINA) a dosagem recomendada é de 40 mg mas se você estiver muito acima do peso converse com seu médico na possibilidade de aumentar a dose. Agora se tiver algum receio ou medo do injetável existem dois tipos de medicamento via oral o RIVAROXABAN e ETEXILATO DE DABIGATRANA, que também devem ser tomados durante o mesmo período, porém as dosagens são diferentes, converse com seu médico a respeito destes tratamentos que ele vai saber a dosagem e tempo de tratamento mais adequado para você.

O uso de meias elásticas é também outro método que utilizamos para prevenir o tromboembolismo, e recomendamos de 7/8 média compressão, outro tipo de tratamento é o uso de bombas de pressão intermitente nos membros inferiores que também pode ser usado dependendo da preferência do seu médico.

No dia seguinte, começa o trabalho de fisioterapia para que você retorne gradualmente às suas atividades diárias.



FISIOTERAPIA E CUIDADOS APÓS A CIRURGIA:

Primeiro dia:

- Uma almofada poderá, eventualmente, estar posicionada entre as suas pernas para evitar que você feche ou cruze a perna operada. (fig. 1)
- Fig. Pé lateral 1



- O fisioterapeuta iniciará um programa de exercícios a ser realizado no próprio leito.
- Apóie a parte lateral do pé do membro operado em um travesseiro. Isso evita uma posição inadequada da perna.
- Os exercícios de abrir e fechar o quadril (abdução e adução) principalmente ativos devem ser evitados pois além de causar mais dor, poderá romper suturas (tendão e músculos costurados), após um período de 4 a 6 semanas estes exercícios serão liberados.

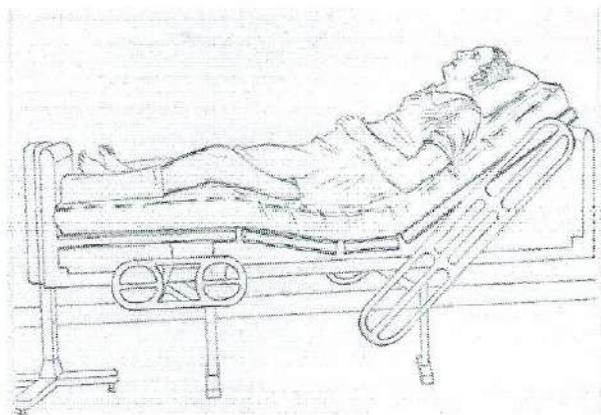


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia de quadril adulto
CRM 136.592

- Utilize a cama hospitalar da maneira que mais conforto te der, pois estas camas dobram e esticam assim você pode sair de posições desconfortáveis sem fazer esforço. Normalmente uma leve flexão dos membros inferiores e elevação do dorso melhorará a dor. (fig. 2)

Fig. Pê lateral 2



- Será retirado o dreno e o fisioterapeuta ajudará a movimentar a sua perna.
- Você poderá sentar com as pernas pendentes no leito ou na poltrona e, se as condições clínicas permitirem, poderá ficar em pé e andar com auxílio do fisioterapeuta.
- O apoio da perna operada no chão, deverá ser com todo o pé no chão, tocando de leve, sem colocar o peso do corpo. Será utilizado um par de muletas ou andador. O fisioterapeuta explicará detalhadamente como você deve andar.
- Será realizado o treino de marcha com muletas ou andador.
- Dependendo da sua recuperação o sr(a) receberá alta.
- O fisioterapeuta e o médico iram orientá-lo quanto aos cuidados com a prótese e também quanto aos exercícios que poderão ser feitos em casa.

ATENÇÃO !!!!!

Siga sempre as orientações a seguir para que você tenha uma boa recuperação.

CUIDADOS APÓS A CIRURGIA

EM PÉ

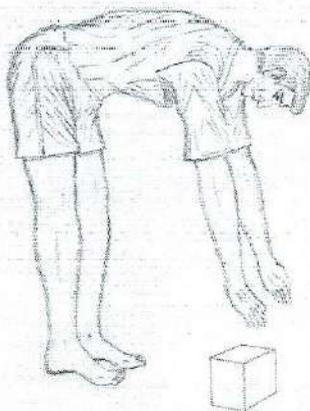
- NÃO cruze a perna operada em direção à outra perna.

Fig. Cruzar pernas



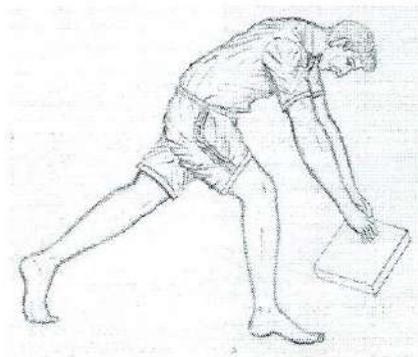
- NÃO dobre o seu tronco sobre o quadril para pegar objetos no chão.

Figura pegar objetos I



- Caso precise pegar algum objeto no chão, faça da maneira demonstrada, coloque a perna operada para trás.

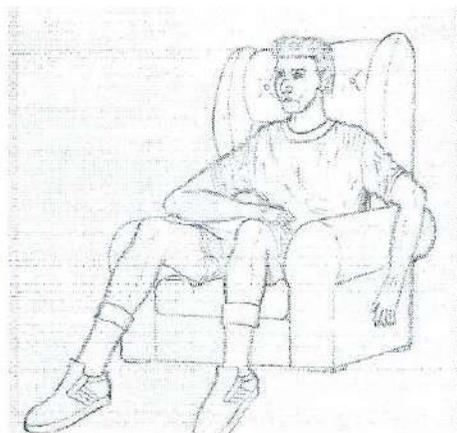
FIGURA PEGAR OBJETOS



SENTADO

- EVITE sentar em sofás ou poltronas que afundem facilmente.

FIGURA sofá

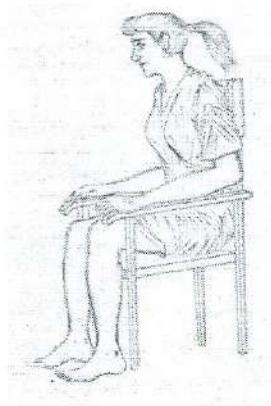


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

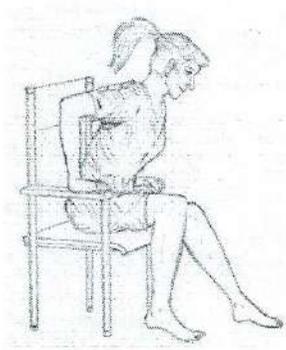
- Dê preferência ao uso de cadeiras firmes e com braços.

FIGURA SENTADA 4



- Para levantar de uma cadeira, desloque-se para a beira do assento, estique a perna operada à frente e levante-se fazendo força com a perna não operada.

FIGURA SENTADA 3

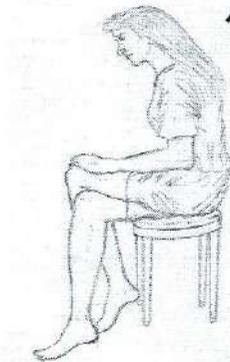


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

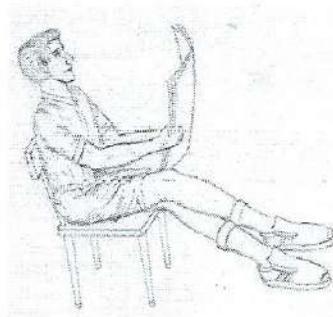
- NÃO cruze a perna operada desta maneira.

FIGURA SENTADA 2



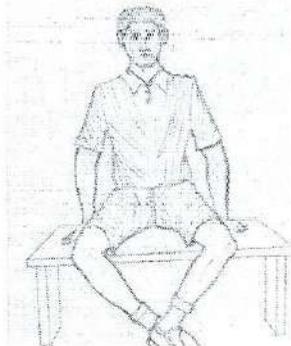
- NÃO cruze a perna operada desta maneira.

FIGURA SENTADA 1



- NÃO cruze a perna operada desta maneira.

FIGURA SENTADA 5

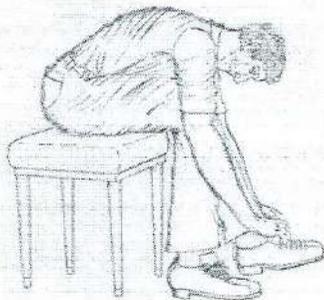


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

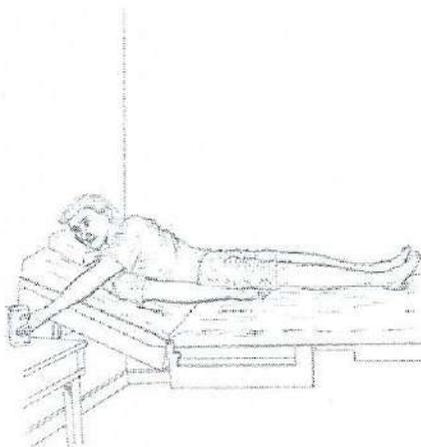
- NÃO abaixe até esta posição para amarrar os sapatos. Prefira calçados sem cadarço que são fáceis de serem calçados.

FIGURA SAPATOS



- NÃO gire o tronco sobre a bacia para alcançar objetos, é assim que a prótese poderá sair do lugar.

FIGURA SENTADA 001



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto

CRM 136.592

DEITADO

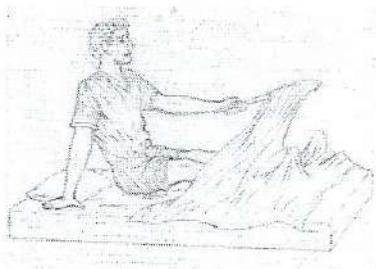
- NÃO incline o tronco sobre o seu quadril para puxar o cobertor.

FIGURA COBERTOR 1



- Use um bastão para puxar o cobertor.

FIGURA COBERTOR 2

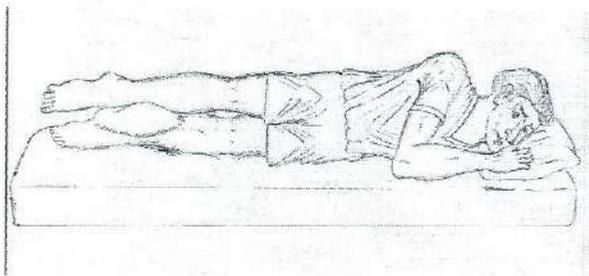


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

Você poderá deitar de lado. Deite sobre o lado **não** operado e coloque travesseiros entre as pernas. Só é permitido deitar sobre o lado operado após 6(seis) semanas após a cirurgia.

FIGURA DORMIR DE LADO



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

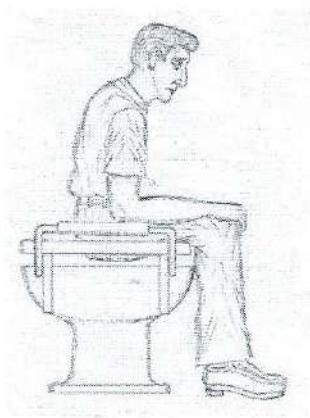
UTILIZANDO O VASO SANITÁRIO

Uma boa opção inicialmente, é alugar temporariamente uma cadeira higiênica para banho.

Com essa cadeira você poderá tomar banho e usar o vaso sanitário sem modificações. Normalmente essa cadeira pode ser dispensada após algumas semanas.

Adquira e utilize, sempre que possível, assentos sanitários elevados com apoios laterais. Esses artigos podem ser alugados (cadeira higiênica) ou comprados (assento elevado) em casas de material cirúrgico ou ortopédico.

FIGURA BANHEIRO 1



- Para utilizar um vaso sanitário comum, sem o uso de alguma adaptação, posicione a perna operada esticada para frente e o tronco inclinado para trás.

FIGURA BANHEIRO 2



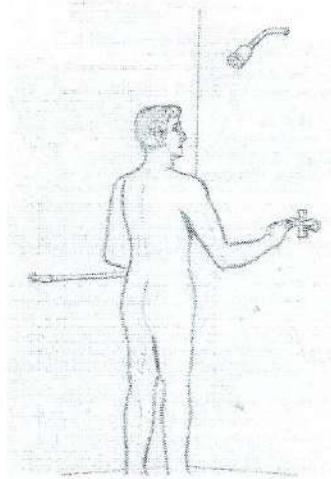
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

TOMANDO BANHO

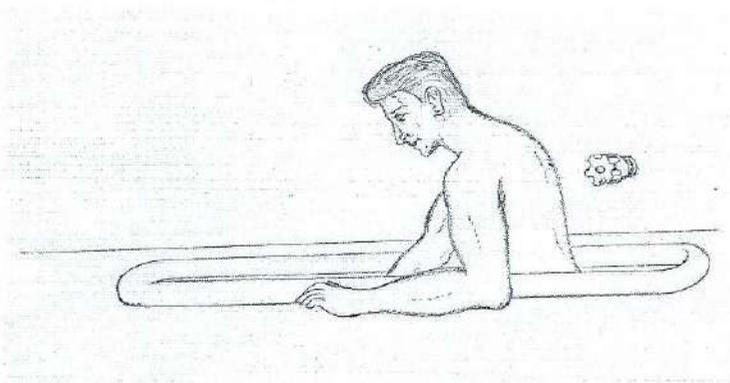
- Tome banho em pé ou sentado em um banco. Use escova de cabo longo para alcançar regiões do corpo mais distantes e se possível utilize barras de apoio na parede.

FIGURA BANHO



- NÃO utilize banheiras porque você poderá ter acidentes ou ter dificuldades para sair dela.

Figura banheira



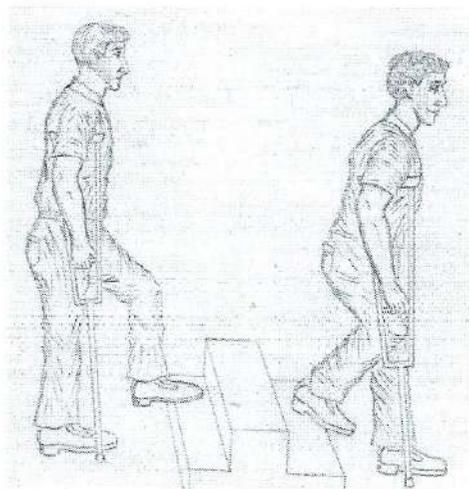
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

SUBIR E DESCER ESCADAS

- Subir: a perna não operada sempre subirá primeiro.
- Descer: a perna operada desce primeiro.

Fig.escadas



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

ENTRANDO E SAINDO DA CAMA / ENTRANDO E SAINDO DO CARRO

- Para entrar no carro, sente-se com as pernas ainda para fora do carro, e leve as pernas e os joelhos juntos para dentro do carro. Solicite ajuda nos primeiros dias. Para sair, faça a mesma coisa.

Lembre-se para dirigir, você precisará da aprovação do seu médico.

FIGURA CARRO



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRALMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

Algumas considerações importantes:

- ✓ Você precisará ter sempre estes cuidados, principalmente nos três primeiros meses.
- ✓ A sua articulação foi substituída por uma prótese e estes cuidados são importantes para que a sua prótese não saia do lugar.
- ✓ Você deve ter percebido que os movimentos mais perigosos para a sua cirurgia são o movimento de cruzar as pernas e dobrar o seu tronco sobre o quadril como nos exemplos dos cuidados na posição sentado. Portanto tenha cuidado.
- ✓ Caso você venha a ter alguma dúvida sobre outras atividades ou mesmo sobre o seu tratamento, converse com o seu médico e seu fisioterapeuta.
- ✓ Lembre-se mais uma vez, **NÃO CRUZE AS PERNAS E NÃO DOBRE O QUADRIL MAIS DO QUE 90°.**



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

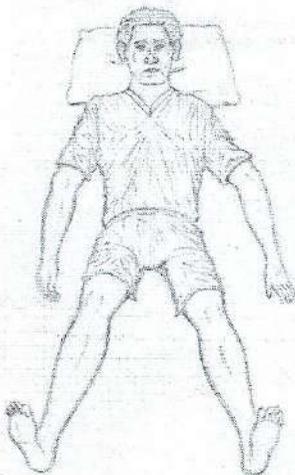
EXERCÍCIOS DOMICILIARES

Aqui estão alguns exercícios que se indicados pelo médico, você deverá fazer em sua casa. Toda vez que você passar em consulta médica, deverá trazer estas instruções para que o médico ou o fisioterapeuta acrescente novos exercícios ou faça alguma adaptação nos exercícios que você já esteja fazendo. Cada exercício tem a sua época certa de ser realizado, portanto, só faça aqueles determinados.

- 1) Sempre que puder, movimente seus pés para baixo e para cima e também para um lado e para o outro. Este exercício irá melhorar a circulação sanguínea.

Data da liberação do exercício :-----/-----/-----

fig. Mexer o pé



Dr. Gustavo Ferreira

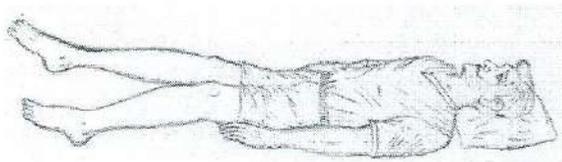
ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- 2) Deitado de barriga para cima, com a perna esticada force o seu joelho contra a cama contraindo o músculo da coxa. Segure por 5 segundos e então relaxe.

Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício : ----/----/----

Fig. Joelho esticado

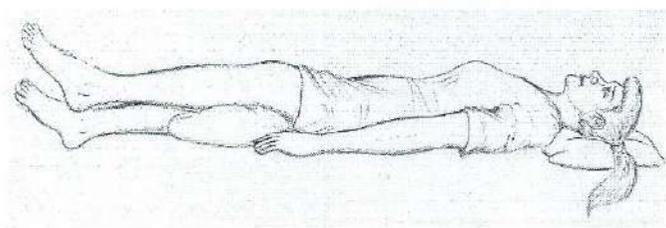


- 3) Deitado de barriga para cima, com um rolo de toalha ou cobertor embaixo do joelho, estique a perna, segure por 5 segundos e depois volte à posição inicial.

Faça 20 vezes.

FIGURA FISIO5

Data da liberação do exercício: ----/----/----



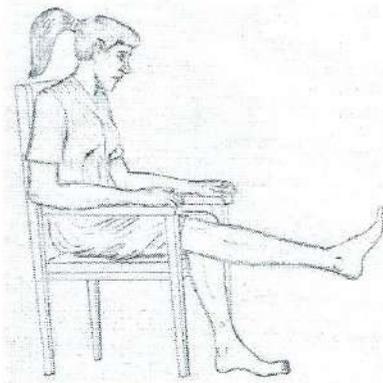
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- 4) Sentado em uma cadeira, levante a perna, segure por 5 segundos e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

Figura fisio 7

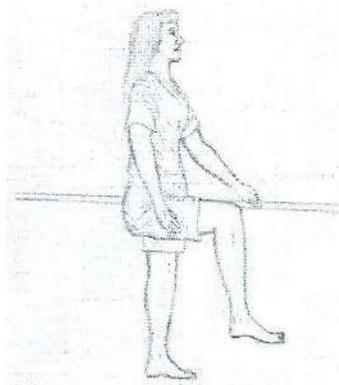
Data da liberação do exercício: ----/----/-----



- 5) Em pé com as mãos apoiadas em uma mesa, levante sua perna tomando o cuidado de não ultrapassar a altura do quadril como mostra a figura. Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício: ----/----/-----

FIGURA FISIO2



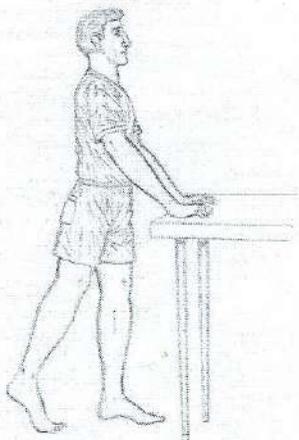
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- 6) Em pé e com as mãos apoiadas em uma mesa, leve a perna para trás. Segure por 5 segundos e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício : ____/____/____

FIGURA FISIO 1

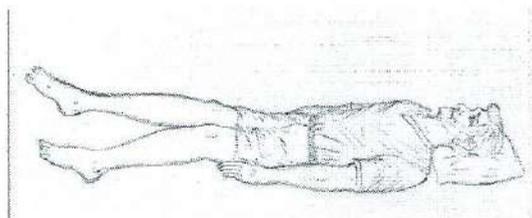


- 7) Deitado de barriga para cima, mantenha uma perna dobrada e outra esticada. A perna esticada você deverá levantar reta até a altura do outro joelho e depois voltar à posição inicial.

Faça 20 vezes.

FIGURA FISIO 3

Data da liberação do exercício: ____/____/____



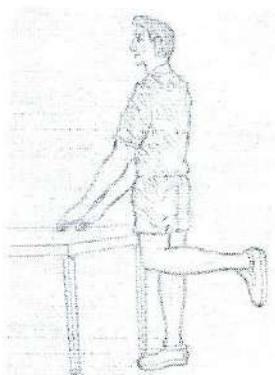
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- 8) Em pé com as mãos apoiadas em uma mesa, dobre o joelho o máximo que puder.
- Segure por 5 segundos e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício : ----/----/----

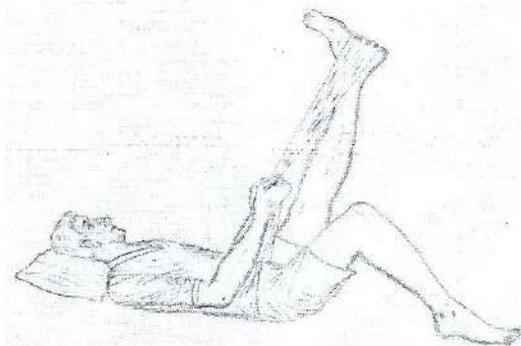
FIGURA FISIO 5



- 9) Deitado, utilize uma faixa ou toalha e puxe o seu pé por 20 segundos e depois relaxe.
- Você irá sentir o músculo da parte posterior de sua perna alongar. Faça 10 vezes.

FIGURA FISIO 4

Data da liberação do exercício : ----/----/----



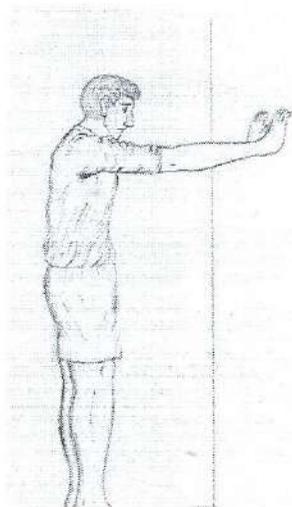
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- 10) Em pé com as mãos apoiadas em uma mesa ou parede, levante os calcanhares do chão. Segure por 5 segundos e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício : ----/----/----

Fig. fisio 9



- 11) Em pé com as mãos apoiadas em uma parede ou mesa. Coloque uma perna à frente dobrada e a outra esticada para trás. Incline o tronco progressivamente para frente sem levantar nenhum dos pés. Você irá sentir o músculo da panturrilha "batata da perna" se alongar. Mantenha-se nesta posição por 20 segundos e volte à posição inicial. Faça 10 vezes.

Data da liberação do exercício : ----/----/----

Fig fisio 6



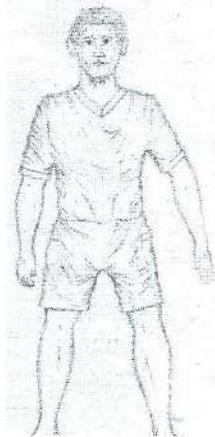
Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

- Em pé e com as mãos apoiadas em uma mesa, levante a perna para o lado com o pé reto. Segure por 5 segundos e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

fig. abdução

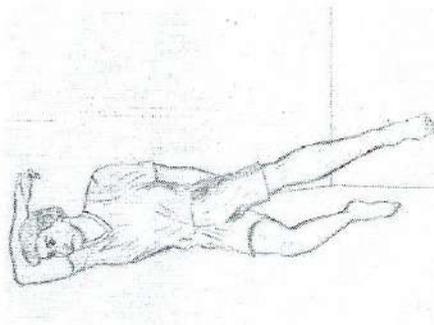
Data da liberação do exercício : ____/____/____



- 12) Deitado de lado, levante a perna reta para fora e volte à posição inicial. Faça 20 vezes.

Data da liberação do exercício: -----/-----/-----

Fig. Fisio 8

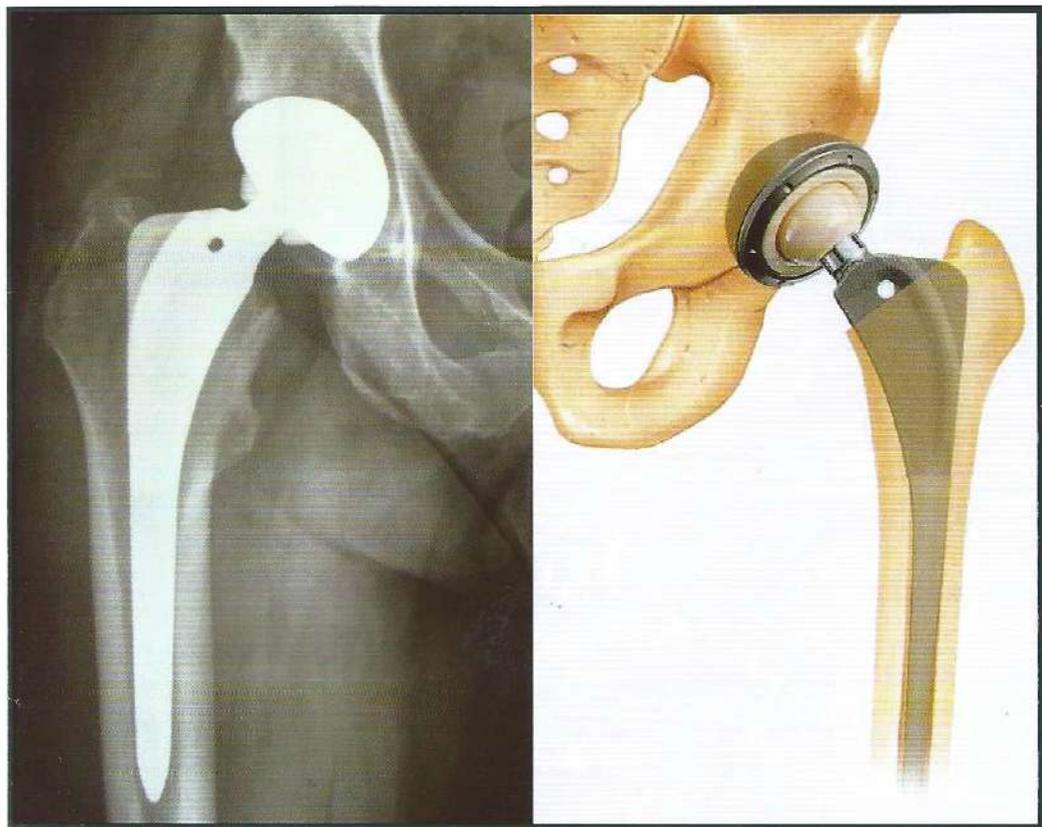


Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592

MANUAL DE ORIENTAÇÕES DO PACIENTE

ARTROPLASTIA DO QUADRIL



Dr. Gustavo Ferreira

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA
Cirurgia do quadril adulto
CRM 136.592