

# Fysiotherapie bij uw heupoperatie

## Pre-operatieve fysiotherapeutische screening als voorbereiding op uw herstel

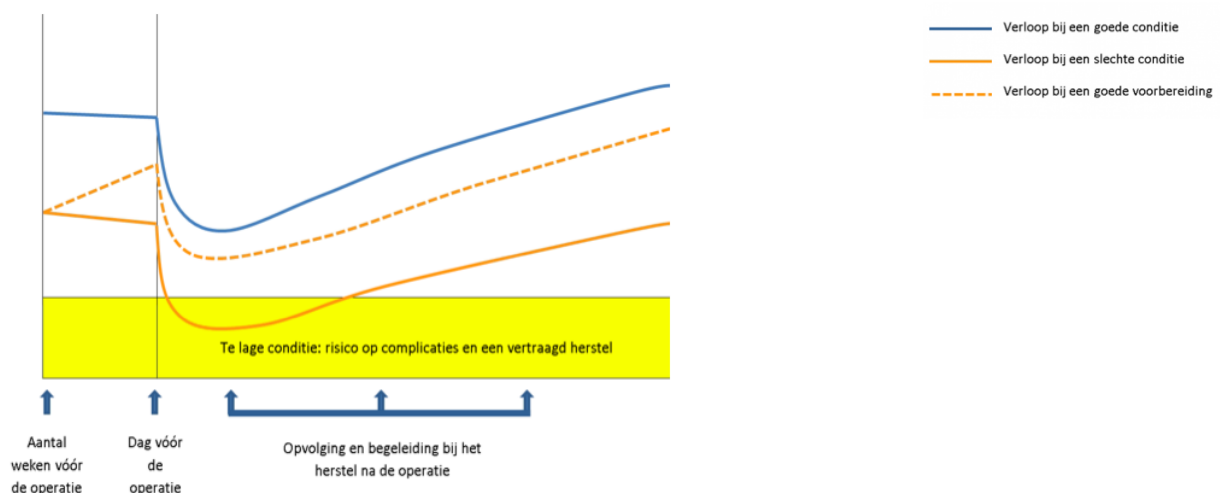
Binnenkort ondergaat u een totale heupprothese operatie in het Maastricht UMC+ (MUMC+). Uw lichamelijke conditie heeft invloed op uw herstel van deze operatie. Hoe beter uw conditie, hoe sneller en beter u zult herstellen. Op dit blad krijgt u meer informatie over het belang van een goede conditie en de hulp die u van de fysiotherapeut kunt verwachten.

- Een goede conditie vóór de operatie helpt om goed en sneller te herstellen van de operatie. Daarom meet u samen met de fysiotherapeut voor de operatie uw conditie.
- De uitslag van die meting bespreekt de fysiotherapeut met u.
- Ook krijgt u advies van de fysiotherapeut over hoe u uw conditie voor de operatie kunt behouden en/of verbeteren.

## Fit de operatie in!

Een goede conditie vóór de operatie helpt u om beter en sneller te herstellen van de operatie. In onderstaande afbeelding ziet u welke invloed uw conditie heeft op uw herstel.

Een aantal weken tot dagen voor de operatie brengt de fysiotherapeut uw conditie samen met u in kaart door middel van een pre-operatieve screening. Vervolgens bespreekt de fysiotherapeut de uitslag met u en geeft u een advies mee hoe u uw conditie voor de operatie kunt behouden en/of verbeteren.



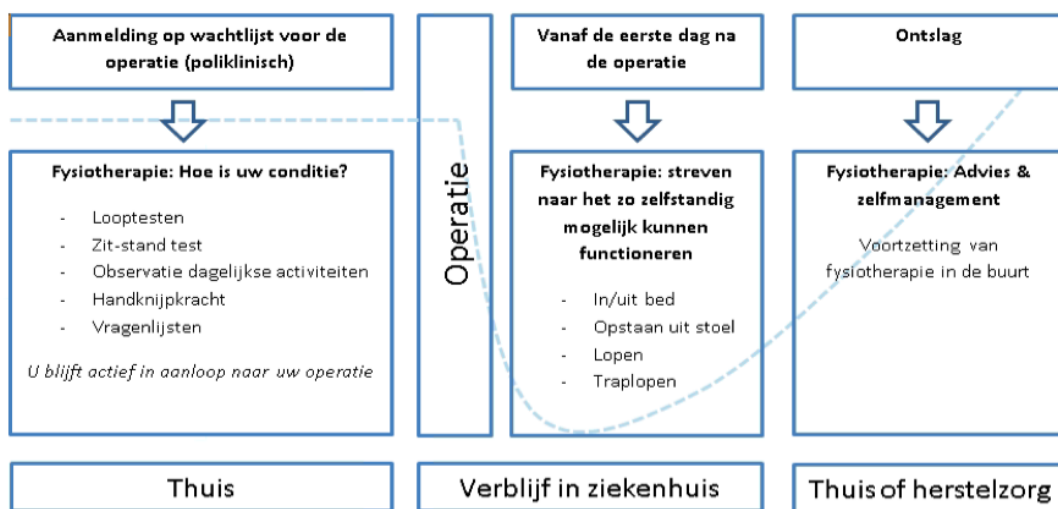
Afbeelding 1: Het belang van uw conditie

# De begeleiding van de fysiotherapeut

U wordt rondom uw operatie intensief begeleid door de fysiotherapeut.

Voor uw operatie heeft u een afspraak bij de fysiotherapeut voor het meten van uw conditie. Deze screening (duur: 30 minuten) vindt enkele weken tot dagen voor uw operatie plaats. Hier wordt onder andere uw spierkracht gemeten en uw loopvaardigheid getest (zie afbeelding 2).

Na uw operatie komt de fysiotherapeut in het ziekenhuis bij u langs om u te begeleiden in uw herstel. U oefent samen met de fysiotherapeut, en nadien zelfstandig, om uw dagelijkse activiteiten weer op te pakken, zoals het in- en uit bed komen, lopen en traplopen. De fysiotherapeut ondersteunt u waar nodig.



Afbeelding 2: Wat kunt u verwachten van de fysiotherapie voor en na uw heupoperatie

## Vorbereiding voor uw fysiotherapeutische screening

- Neem gemakkelijk zittende kleding of sportkleding en gemakkelijke schoenen mee.
- Meld u op de dag van uw afspraak bij de receptie van verpleegafdeling C4, niveau 4 (volg route C oranje). Neem vervolgens plaats in de huiskamer van de afdeling (door de klapdeuren richting kamer 22-38, vervolgens eerste deur rechts. Hier haalt de fysiotherapeut u op.
- U kunt uw looproute bekijken via: [www.mumcplattegrond.nl/](http://www.mumcplattegrond.nl/)

## Contact

Hebt u na het lezen van deze informatie nog vragen dan beantwoorden wij deze graag. De afdeling fysiotherapie is bereikbaar van maandag tot en met vrijdag van 8.30 uur tot 17.00 uur.

Telefoon: 043-387 71 46 (vraag naar Anouk Didden).

## Websites

- [www.mumc.nl](http://www.mumc.nl)
- [www.mumc.nl/patienten-en-bezoekers/specialisme/fysiotherapie/over-fysiotherapie](http://www.mumc.nl/patienten-en-bezoekers/specialisme/fysiotherapie/over-fysiotherapie)
- [gezondidee.mumc.nl](http://gezondidee.mumc.nl)

*Laatst bijgewerkt op 25 oktober 2021*