

Themagroep: **Goede zorg voor revalidanten**
Onderwerp: **Leefregels na THP**
Jaartal: **2018**

INLEIDING

Na de plaatsing van een totale heup prothese (THP) is er een verhoogde kans op luxatie van de heup. Daarom bestaan er leefregels waar patiënten zich de eerste weken en maanden aan moeten houden. Het gaat hierbij meestal om slapen op de rug, zitten op een hoge stoel, niet met de benen over elkaar zitten, niet voorover buigen en de heup niet verder buigen dan 90°. Met het naleven van deze leefregels worden de meest risicovolle bewegingen vermeden.

In het voorjaar van 2016 verscheen een artikel over het effect van deze heupregels op het voorkómen van luxaties. In het artikel werden de resultaten van alle zes eerder gepubliceerde onderzoeken samengevoegd. Hierdoor konden 528 patiënten met uitgebreide leefregels worden vergeleken met 594 patiënten die (bijna) geen leefregels hadden gekregen.

Het totale aantal luxaties was laag. Verrassend genoeg was het aantal luxaties in de groep met uitgebreide leefregels iets hoger (n=8) dan in de groep van patiënten die (bijna) geen leefregels kregen (n=6). Bovendien herstelden de patiënten zonder leefregels sneller en daar waren ze tevredener over. Hierbij maakte het niet welke operatietechniek er werd gebruikt. De conclusie van het artikel is daarom dat minder strikte leefregels niet leiden tot meer luxaties, maar wel tot het sneller en beter hervatten van activiteiten en tot hogere patiënttevredenheid.

Referentie:

van der Weegen W, Kornuijt A, Das D. Do lifestyle restrictions and precautions prevent dislocation after total hip arthroplasty? A systematic review and meta-analysis of the literature. Clin Rehabil. 2016 Apr;30(4):329-39.

HOE KUNNEN WE MET DIT ARTIKEL DE ZORG VERBETEREN?

Uit dit artikel blijkt dat het standaard voorschrijven van strikte leefregels niet nodig is, en zelfs nadelige effecten heeft.

1. Bespreek als GRZ-professional het artikel met de orthopeden waarmee wordt samengewerkt. Kunnen de leefregels worden afgeschaft?
2. Bespreek binnen de eigen organisatie met artsen, fysiotherapeuten, verpleegkundigen en verzorgenden:
 - a. welke leefregels na THP er worden gehanteerd in de regio. Maak daarnaast afspraken over de vraag hoe ervoor wordt gezorgd dat alle betrokkenen op de hoogte zijn van de geldende afspraken. Uit een enquête onder leden van ons netwerk blijkt dat hierover binnen organisaties heel verschillende ideeën bestaan.
 - b. wie er verantwoordelijk is voor het werken volgens de laatste wetenschappelijke inzichten, en hoe hiermee binnen de organisatie zorgvuldig wordt omgegaan.

Meer informatie:

- Binnen de Santeongroep (samenwerkingsverband tussen 7 topklinische ziekenhuizen) is dit thema opgepakt. Een voorbeeld van een aanpassing van leefregels is de folder van het OLVG.
- De OCON orthopedische kliniek van Ziekenhuisgroep Twente voert een grote trial uit naar het effect van adviezen m.b.t. slaaphouding na THP bij 456 patiënten. Onderzoekers: Peters A, Tijink M, Veldhuijzen A, Huis in 't Veld R.