



Tagebuch einer Hüftgelenk-OP

Im Juni 1998 bekam Barbara Baer rechtsseitig ein neues Hüftgelenk. Ihre Erfahrungen mit der Operation hat sie aufgeschrieben.

Der Gedanke an ein neues Hüftgelenk war mir eigentlich nie gekommen. Zwar hatte ich hin und wieder Beschwerden, aber ich bin einige Male zur Kur gefahren und habe täglich Gymnastik gemacht. Ab und zu habe ich von meinem Orthopäden auch eine Spritze oder Bestrahlungen bekommen; die verschriebenen Medikamente habe ich meist nicht genommen. Immer war ich darum bemüht, meinen Gang aufrecht und zügig zu halten und die Schmerzen zu verdrängen.

Nach zehn Jahren allerdings wurden die Beschwerden so stark, vor allem die Schmerzen in der Nacht, dass der Zeitpunkt gekommen war, an dem etwas geschehen musste. Ich nahm fast täglich Schmerzmittel. Das musste ein Ende haben. Im Laufe der Jahre hatte ich mehrere Orthopäden konsultiert, so dass ich genau wusste, in welcher Klinik ich mich operieren lassen wollte.

Dort führte ich mehrere ausführliche Gespräche mit meiner operierenden Ärztin. Mein körperlicher Allgemeinzustand war so gut, dass uns ein zementfrei verankertes Kunstgelenk gerechtfertigt erschien. Für mich war es extrem wichtig, dass ich die Möglichkeit hatte, mit der Ärztin, die mich operieren würde, ein vertrauensvolles Verhältnis aufbauen zu können. Ich wusste genau, wie die OP-Abläufe sein würden. Zu viele Einzelheiten und mögliche Risiken wollte ich dennoch nicht hören. Denn Angst hatte ich doch.

Stärker als meine Angst war der Wunsch, endlich wieder schmerzfrei leben zu kön-

„ Ich hatte immer vor, in meinem Ruhestand den Osten der Stadt auf dem Fahrrad zu erkunden. Dass das aufgrund meiner Hüftschmerzen nicht mehr ging, war ein großer Einschnitt für mich. Mit der künstlichen Hüfte konnte ich plötzlich wieder radeln. Aufgrund einer anderen Erkrankung kann ich das leider nicht mehr. Aber noch immer beginnen alle meine Tage mit einer halben Stunde auf dem Heimtrainer. “

Barbara Baer, 73 Jahre

nen. Es ging deshalb kein Weg mehr vorbei an einem künstlichen Hüftgelenk. Bis zum Tag meiner Operation machte ich tägliche Gymnastik, um nach der OP wieder möglichst schnell fit zu sein. Zweimal machte ich eine Eigenblutspende.

Der Tag vor der OP

In meine Tasche packe ich leichte Turnschuhe. In den Schuh der zu operierenden Seite ziehe ich statt der Schnürsenkel ein Gummiband ein, da ich nach der OP diesen Schuh zunächst nicht zubinden können. Dazu kommen einige T-Shirts und leichte, weite Hosen, die einfach anzuziehen sind und in denen ich meine gymnastischen Übungen machen kann. Sweatshirt und Jacke für Spaziergänge kommen auch in die Tasche. Badeanzug, Bademantel und Badelatschen packe ich in einen Rucksack. Der ist einfach zu tragen, wenn ich mit zwei Gehhilfen zum Bewegungsbad laufen werde.

Ich bin ruhig, voller Vertrauen und kann mich entspannen. Morgen ist es soweit.

In der Klinik

Am nächsten Morgen bekomme ich eine Beruhigungsspritze und werde in den Operationsaal gebracht. Als ich wieder zu mir komme, liege ich auf der Wachstation. Ich werde geröntgt. Die Zehen am operierten Bein kann ich bewegen. Ich habe Durst. Ich döse vor mich hin, nehme nur verschwommen wahr, was um mich herum vorgeht.

Am nächsten Tag werde ich zum Waschen auf die nicht-operierte Seite gelegt. Es tut weh. Danach wird das operierte Bein auf einen Bewegungsapparat gelegt, um die Beweglichkeit des Knies zu fördern. Nachts habe ich Muskelschmerzen – ich bekomme Schmerzmittel. Ich bin froh, dass ich noch einen Tag auf der Wachstation bleiben darf, es ist so schön ruhig hier.

Am zweiten Tag muss ich aufstehen und mich an einem Gehwagen festhalten. Es ist sehr schwierig, in dem operierten Bein habe ich überhaupt keine Kraft. Auch ein Verbandswechsel steht mir bevor. Zwei Schläuche wer-

den gezogen, es tut sehr weh. Ich komme auf die Station in mein Zimmer und werde sofort zur Bestrahlung gefahren. Danach kann ich mich erholen und liege ruhig – immer auf dem Rücken – in meinem Bett.

Ich bin sehr erschöpft. Ich hatte mir nicht ausgemalt, dass ich das operierte Bein überhaupt nicht anheben kann. Und obgleich die Therapeutin unendlich behutsam die Übungen im Bett mit mir macht, zieht es doch arg in der Leiste. Das ist auch beim Stehen am Gehwagen der Fall. Am liebsten möchte ich mich zusammenducken.

Es funktioniert!

Aber schon am vierten Tag bekomme ich meine Gehhilfen und lerne, mich im Vier-Punkt-Gang fortzubewegen. Es funktioniert überraschend gut. Allerdings tun die Gesäß- und Leistenmuskeln weh, ich fühle mich wackelig und ein bisschen benommen und bin froh, als ich wieder in meinem Bett liege.

Am fünften Tag wasche ich mich im Bad und nehme die Mahlzeiten am Tisch ein. Das Sitzen ist noch etwas schmerzhaft, weil ich das operierte Bein noch nicht wieder normal abknicken kann. Es wird auch noch eine Weile dauern, bis das wieder richtig geht.

Ich mache jeden Tag therapeutische Bewegungsübungen und genieße sie sehr. Zeigen sie mir doch, dass ich von Tag zu Tag beweglicher werde. Ich laufe im Vier-Punkt-Gang häufig über den Flur der Station, auch wenn die Muskeln dabei noch schmerzen. Nachdem die Fäden gezogen sind, kann ich täglich ins Bewegungsbad gehen. Das tut gut!

Alles wird gut!

Nach drei Wochen in der Klinik gehe ich noch einmal für drei Wochen in die Reha. Meine Bewegungsfähigkeit hat sich erheblich verbessert, ich komme ganz ohne meine Gehhilfen aus. Schmerzen habe ich überhaupt nicht mehr, nur ein leichtes Ziehen in der Muskulatur auf der operierten Seite.

Meine Entscheidung für die Operation war absolut richtig!