

Wie ich ein neues Hüftgelenk bekam

Text: Christine Niedrich

Wer kennt das von uns Hochamputierten nicht? Einseitige und stärkere Belastung nach einer Beinamputation führen früher oder später zu Beschwerden in den Gelenken.

Es gibt ganz verschiedene Verfahren, um die Beschwerden wenigstens zu mildern.

Viele setzen auf gesunde Lebensweise mit ausreichend Bewegung oder nutzen physiotherapeutische Anwendungen. Doch manchmal ist auch ein künstliches Hüftgelenk unumgänglich.



30 Jahre Laufen auf einem Bein und Unterarmstützen nach einer Hemipelvektomie hatten in meiner verbliebenen Hüfte zu einer ausgewachsenen Coxarthrose geführt. Lange schob ich eine Operation, bei der ein künstliches Hüftgelenk eingesetzt werden würde, vor mir her.

Ich versuchte es mit Manueller Therapie und Massagen, weil sich auch die Muskeln total verspannt hatten. Immer mehr geriet ich in ein starkes Hohlkreuz, was wiederum die Rückenschmerzen verstärkte.

Über ein Jahr konnte ich mich nur mit dem Morphinpräparat Journistas ohne große Schmerzen bewegen. Mit diesem Medikament kam ich einigermaßen gut klar, auch wenn nie ganz die Schmerzen genommen wurden. Als mir jedoch mehr und mehr Gedächtnisstörungen aufgefallen waren, suchte ich nach einer Alternative.

Beim Orthopädischen Arzt wurde eine Röntgenaufnahme gemacht, die bestätigte, dass der Verschleiß schon fortgeschritten war und ich mich auf ein künstliches Hüftgelenk, eine

Totalendoprothese (TEP) einstellen müsse. Zum Glück half mir ein Arzt aus dem Bekanntenkreis bei der Auswahl einer darauf spezialisierten Orthopädischen Klinik und setzte sich für einen baldigen Vorstellungstermin beim besten Operateur dieser Klinik ein.

Für viele von uns Hochamputierten stellt sich diese Problematik – früher oder später. Deshalb möchte ich Euch gern von meinen Erfahrungen berichten, die ich noch im Krankenhaus für Euch festgehalten habe.

Hier mein Klinik-Tagebuch:

4.2.2013

An diesem Tag erfolgte die Einweisung in die Median-Orthopädische Klinik Braunfels, einem Endoprothesen-Zentrum in Mittelhessen. Es begann der standardisierte Ablauf nach Schema „Hüfte“. Röntgen, Labor, verschiedene Arztgespräche wegen der Medikamente, Hilfsmittel, Narkoseverfahren oder Endoprothesen-Art konnten zügig

absolviert werden. Danach wurde ich auf Station aufgenommen.

Da die OP schon für den nächsten Tag anberaumt war, wurde ich mit Einlauf, Duschen, leichter Kost und Schlafmedikation darauf eingestimmt.

Ab 21 Uhr sollte ich nichts mehr essen und ab 24 Uhr nichts mehr trinken. Okay, sollte klar gehen!

5.2.2013

Nun kam der große entscheidende Tag. Noch immer ließen sich die Sorgen nicht bei Seite schieben. Würde die OP gut verlaufen? Würde ich die Narkose vertragen? Wie gut würde ich danach mit der neuen Hüfte laufen können? Es gab auch so gut wie keine Erfahrungswerte, wie gut und wie bald das Laufen auf nur einem Bein und Krücken funktionieren würde, denn die in meinem Fall zementfreie Hüfte muss erst viele Wochen, ja Monate einwachsen.

Doch ich musste da jetzt durch. Noch einmal Duschen mit einem antibakteriellen Duschbad, eine Tablette zur Beruhigung mit einem winzigen Schluck Wasser runterspülen, dann zog ich den schicken OP-Kittel an.

Viele von Euch werden sich erinnern, wie man sich in diesem Büßerhemd fühlt.

Und schon wurde ich mit meinem Bett in den Narkoseraum gefahren. Mein Zimmer würde ich erst am nächsten Tag wieder sehen.

Im Narkoseraum wurde eine Kanüle in die Vene gelegt und noch etwas Small Talk gehalten. Plötzlich war Schluss.

Als ich wieder zu mir kam, befand ich mich in einem Aufwachraum, wo immer Ärzte und Schwestern in meiner Nähe waren. Auch mein Operateur schaute bald vorbei. Mit einem Lächeln teilte er mir mit, dass alles gut geklappt hätte und ich wunschgemäß jetzt fast zwei Zentimeter größer wäre. Nur ein Bein zu haben, kann auch Vorteile haben. Er hatte meine OP noch vor seinem Urlaub eingeschoben.

Schon einen Tag später flog er zu einer Fahrradtour durch Westkuba. Oh ja, da hätte ich doch glatt tauschen wollen.

Als sich die Operationsschmerzen heftiger meldeten, bekam ich unverzüglich durch die Halsvene

lindernde Medikamente. Doch immer mehr litt ich unter einer aufsteigenden Übelkeit. In den folgenden Stunden musste ich mich immer wieder übergeben.

Gedanken schossen mir durch den Kopf: Muss man einen Einbeiner bei der Narkose anders dosieren?

Mir wurde etwas gegen die Übelkeit verabreicht, aber ich erbrach mich weiter. Das war kein Spaß, will man sich frisch operiert doch gar nicht groß bewegen. Später erzählte mir ein befreundeter Anästhesist, dass man dem Erbrechen schon bei der Narkose entgegen steuern könne, wenn der Patient zu Übelkeit neige.

6.2.2013

Bis in den Vormittag musste ich mich immer noch übergeben. Doch dann endlich konnte ich ein halbes trockenes Brötchen zu mir nehmen und fühlte mich besser. Ich wurde mit einem Einmaltuch nur etwas frisch gemacht - der Pfleger nannte das Staubwischen. Aber die Zähne konnte ich mir ganz passabel putzen. Über was man sich in so einer Situation schon freuen kann!

Danach ging es mit meinem Bett zurück auf Station. Das Zimmer teilte ich mit einer etwas älteren, aber gesprächigen Frau aus Hessen, die eine große Katzenliebhaberin war. Irgendwie fanden wir auch darüber hinaus immer ein Thema, denn ich unterhalte mich sehr gern.

Es gab Mittagessen. Aber das war ein echter Schwachpunkt in dieser Klinik. An frisch zubereitetes Essen aus guten Zutaten gewöhnt, hatte ich hier das Gefühl, das von weither gekarrte Essen wäre nochmal schnell in einem Atomreaktor auf 1000 Grad Celsius turbo erhitzt worden. Euch ein kurzes kulinarisches Schlaglicht: Der Spinat war rundherum einen Zentimeter eingetrocknet.

Nun begann so allmählich die Entstöpselung: Die erste Stufe war die Entfernung der Absaugflasche mit Blut. So konnte ich besser meine ersten Gehversuche absolvieren. Mit einer Art Rollator konnte ich mich zunächst neben das Bett stellen und schon einige Schritte wagen. Man darf nicht vergessen: Auf meinem einzigen frisch operierten Bein! Ich war mit dem Versuch recht zufrieden. Die Nacht verbrachte ich auf meinem schmerzenden Rücken liegend in einer Beinschiene, die mich vor unbedachten Bewegungen schützen sollte. Erst ein Schlafmedikament half mir hinweg zu dämmern.

7.2.2013

Endlich wurde auch der Blasenkatheter entfernt. Unter den wachsamen Augen zweier Schwestern machte ich mich gleich auf den Weg zur Toilette. Wieder ein wichtiger Etappensieg! Am selben Nachmittag besuchte mich eine Physiotherapeutin. Sie startete mit mir auf Krücken einen kleinen Spaziergang über den Flur. Gegen Abend wurde ich dann auch den Halskatheter los, in den immer verschiedene Medikamente, vor allem zur Schmerzlinderung gespritzt wurden.

Eine TEP-Operation ist eine martialische Sache. Obwohl kein Muskelgewebe durchschnitten wird, muss man es doch zur Seite klappen, um ans Gelenk zu kommen. Außerdem wird das Bein verdreht und der Stift des neuen Gelenkes eingehämmert. Da geht es richtig mit schwerem Gerät zur Sache. Blaue Flecke zogen sich bis hin zur Wade. Die Schmerzen sollten notwendigerweise noch gut sechs Wochen noch medikamentös gedämpft werden.

8.2.2013

Gegen Vormittag wurde der letzte Katheter - der aus der Hand - gezogen. Nun konnte ich mich schon ganz eigenständig mit meinen Krücken dahin bewegen, wohin ich hin wollte.

Auch im Bad und WC war alles okay! Naja - und über das Essen hülle ich auch an diesem Tag den Mantel des Schweigens.

9.2.2013

Es stand der erste Verbandswechsel an. Bei dieser Gelegenheit konnte ich meine etwa neun Zentimeter lange Narbe sehen, die mit selbstauflösenden Fäden genäht war. Mein ohnehin mir sehr sympathische Operateur hatte sich da wirklich besonders große Mühe gegeben. Dankeschön! Also Pflaster drauf und weiter gesund werden! Zur Standardtherapie gehört auch ein kräftiger Gummistrumpf, der mir angepasst wurde, damit die übliche Schwellung zurück geht. Schön ist anders. Immerhin konnte ich schon mal wieder auf einem Waschstuhl sitzend mir meine Haare waschen. Das baute auf.

10.2.2013

Sonntag – laaangweilig. Keine Physiotherapie, kein Besuch von meinen Kindern, denn die Klinik war 100 Kilometer entfernt. So las ich viel wie jeden Tag und hörte mit Kopfhörern Musik.

Abends sah ich mit meiner Bettnachbarin fern und ergab mich ganz ihren Fernsehwünschen. Auch das habe ich überlebt.

11.2.2013

Mit meiner Gesundheit lag ich absolut im Normbereich, so wurde die Entlassung schon auf den übernächsten Tag festgelegt. Die Fäden lösten sich ja von allein auf. Allerdings musste ich meine Bewegungen streng kontrollieren, vor allem nicht das Bein nach innen drehen und auch nicht mehr als 90 Grad anwinkeln. Dies bedeutet, dass man – ganz so wie damals als kleines Kind – beim Socken und Schuh anziehen Hilfe braucht.

Später kaufte ich mir übrigens dehnbare, da spiralförmige Schnürsenkel, um besser in den Turnschuh mit Hilfe eines langen Schuhanziehers hineinschlüpfen zu können.

12.2.2013

Da sich die Naht nun ganz und gar geschlossen hatte, durfte ich das erste Mal richtig duschen. Welch Glücksgefühl, ich genoss es ausgiebig in vollen Zügen. Nun war es auch an der Zeit, die weitere Behandlung nach dem Klinikaufenthalt zu klären.

Schon vorher hatte ich mich über eine ambulante Reha-Kur informiert, da ich nur ungern noch weitere Wochen von meinen Kindern und meinem Zuhause verbringen wollte. Schließlich fand ich einen freien Platz für eine ambulante dreiwöchige Reha-Kur in Hachenburg im heimatlichen Westerwald, die sich nur mit ganz wenigen Tagen Urlaub direkt an den Klinikaufenthalt anschloss. Durch intensives Training und vielfältige Anwendungen wird das Einwachsen der TEP entscheidend voran gebracht, außerdem steigert sich so ganz nebenbei auch die allgemeine Fitness, eine zusätzliche Lebensversicherung für uns Hochamputierte.

13.2.2013

Meine älteste Tochter (28) hatte in der zehntägigen Krankenhauszeit drei ihrer kleineren Geschwister bei uns im Haus betreut und mir somit eine große Entlastung und Unterstützung geschenkt. Nun kam sie mit meiner jüngsten Tochter, um mich mit meinem Auto abzuholen.

Dass ich die nächsten Wochen bis zum richtigen Einwachsen des neuen Hüftgelenkes gut überstehen würde, stand für mich außer Frage.

Zufrieden, diesen Schritt gewagt zu haben, freute ich mich während der Heimfahrt bei sonnigem Winterwetter auf meine Familie.

Nachtrag: 22.05.2018

Nach über fünf Jahren wird es Zeit ein Resümee zu ziehen.

Das Einsetzen der Hüftendoprothese war für mich ein voller Erfolg: die Hüftschmerzen sind weitestgehend Vergangenheit, die Beweglichkeit erfreulich, die Narbe tolerierbar.

Anhaltenden Verspannungen im großen Oberschenkelmuskel begegne ich mit kräftigenden und dehnenden Yogaübungen und einer Faszienrolle, wobei ich auch den Unterschenkel mit einbeziehe. Ein positiver Nebeneffekt ist dabei auch die Stabilisierung des Knies (ich habe ja schließlich nur das eine). Das Knie ist nämlich meine aktuelle Schwachstelle. Wenn ich jedoch lange laufe oder stehe, verspüre ich schon Schmerzen. Besonderen Belastungen möchte ich meine neue Hüfte nicht aussetzen. Schwimmen, Yoga, liegend Fahrrad fahren finde ich für mich sehr geeignet. Ski zu fahren könnte ich mir nun nicht mehr vorstellen. Aber da sollte jeder für sich das Richtige heraus finden.(CNS)

