

Themagroep: **Goede zorg voor revalidanten**  
Onderwerp: **Leefregels na THP**  
Jaartal: **2017**

## 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 voorkomen 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. Door als GRZ-professional het artikel te bespreken met de orthopeden waarmee wordt samengewerkt. Dit leidde tot nu toe binnen 1 ziekenhuis tot aanpassing van de leefregels.
2. Door binnen de eigen organisatie te bespreken met artsen, fysiotherapeuten, verpleegkundigen en verzorgenden:
  - a. welke leefregels na THP er worden gehanteerd in de regio.  
Uit een vragenlijstonderzoek onder 17 zorgorganisaties binnen het UNO-VUmc blijkt dat organisaties die samenwerken met hetzelfde ziekenhuis verschillende standaard leefregels na THP hanteren.
  - b. wie er verantwoordelijk is voor het werken volgens de laatste wetenschappelijke inzichten.

## Meer informatie:

- Binnen de Santeongroep (samenwerkingsverband tussen 7 topklinische ziekenhuizen) staan de leefregels na THP op de agenda.
- De OCON orthopedische kliniek van Ziekenhuisgroep Twente voert een grote trial uitgevoerd naar het effect van adviezen m.b.t. slaaphouding na THP bij 456 patienten. Onderzoekers: Peters A, Tijink M, Veldhuijzen A, Huis in 't Veld R.