

Revalidatie na nieuwe heup of knie



St. Anna Ziekenhuis

Als u een kunstheup (heupprothese) of kunstknie (knieprothese) heeft gekregen, start u kort na de operatie al met revalideren. Na de operatie komt in de loop van de dag de fysiotherapeut al bij u langs. Met behulp van een loophulpmiddel (een walker) probeert u te lopen en oefeningen te doen. De dagen na de operatie bekijkt de fysiotherapeut of u al kunt lopen met krukken of rollator en of u al kunt traplopen. De oefeningen worden steeds verder uitgebreid. Na uw ontslag uit het ziekenhuis is het belangrijk dat u wordt nabehandeld door een fysiotherapeut. U krijgt hiervoor van uw specialist een verwijzing mee. U kunt fysiotherapie volgen bij een fysiotherapeut bij u in de buurt of op de polikliniek van het St. Anna Ziekenhuis.

App St. Anna Ziekenhuis

U kunt als patiënt van het St. Anna Ziekenhuis gebruik maken van onze app Anna Zorg(t). Voor patiënten die een nieuwe heup of knie krijgen, staat er veel informatie in deze app. De app helpt u om u goed voor te bereiden op de operatie en de revalidatie. U kunt in de app bijvoorbeeld de oefeningen zien die u gaat uitvoeren tijdens de revalidatie. U kunt de app Anna Zorg(t) gratis downloaden via de [App store](#) of [Play Store](#).

Hoe gaat revalidatie na nieuwe heup of knie in zijn werk?

Bij het St. Anna Ziekenhuis revalideert u na het plaatsen van een nieuwe heup of knie in groepsverband op de polikliniek fysiotherapie. Met individuele oefeningen en groepsoefeningen optimaliseren we uw beweeglijkheid, spierkracht en de stabiliteit van uw heup of knie. Daarnaast is de therapie gericht op het krijgen van een goed looppatroon, het vergroten van de conditie en het oppakken van dagelijkse

activiteiten, zoals sport en werk. U loopt maximaal 6 weken met krukken, waarvan 4 weken met 2 krukken en 2 weken met 1 kruk. Bij een goed looppatroon kan het lopen met krukken eerder worden afgebouwd.

Revalidatie na nieuwe heup of knie bij het St. Anna Ziekenhuis

De fysiotherapeuten van de polikliniek kunnen als het nodig is ook makkelijk schakelen met uw behandelend arts over uw situatie. Op de polikliniek fysiotherapie in het St. Anna Ziekenhuis werken we volgens landelijke richtlijnen, actuele protocollen en de nieuwste wetenschappelijke inzichten.

Afspraak maken of contact opnemen

Wilt u meer informatie of een afspraak maken? Neem dan contact op via onze site of per telefoon.

> Fysiotherapie

 040 – 286 4831

 Route 25

 Wachttijden overzicht