



**MODERNE MEDIZIN**

*Von Mensch  
zu Mensch*

## **PATIENTENSCHULE DER RASCHEN GENESUNG**

Ihre aktive Vorbereitung und Mithilfe ist wichtig  
für den Erfolg Ihrer Gelenkersatzoperation



## INHALT IHRER PATIENTENSCHULE

- Unser besonderes Behandlungskonzept der raschen Genesung
- Ihre stationäre Aufnahme
- Ihre Vorbereitung auf Ihre Rehabilitationsmaßnahme
- Vorstellung des Therapiezentrums
- Frühe Mobilisierung und „Normalisierung“
- Häufig gestellte Fragen

# UNSER BESONDERES BEHANDLUNGSKONZEPT DER RASCHEN GENESUNG IM BRÜDERHAUS KOBLENZ

Das Behandlungskonzept ist belegt durch wissenschaftliche Studien im In- und Ausland seit 2000

**Intensive Schulung & Vorbereitung vor der OP**

**Reduziert Ihre Ängste & Sie können besser planen**

**Frühe Mobilisierung, Schmerzreduktion & Aktivierung nach der OP**

**Rasche Rückkehr in Ihr aktives Leben**

**Eingespeltes interdisziplinäres Team & zertifizierte\* Abläufe**

**Motiviert und unterstützt Ihre Fortschritte**

\*Das Brüderhaus Koblenz ist seit April 2014 zertifiziertes Endoprothetikzentrum

# IHR WEG ZUR RASCHEN GENESUNG – DIE ERFOLGSBAUSTEINE

Das Behandlungskonzept ist belegt durch wissenschaftliche Studien im In- und Ausland seit 2000.



## EIN GEMEINSAMES ZIEL HINTER JEDEM DETAIL

Frühestmögliche Selbstständigkeit - NICHT schnelle Entlassung

### VOR UND WÄHREND DER OP

- Erweiterte Diagnostik, Patienten- & Gangschule
- Patientenziel & aktive Rolle
- Einbeziehung soziales Umfeld
- Entlassplanung
- Nüchtern-Karenzen
- Spinal- oder Vollnarkose
- Keine Drainage
- Aufnahme am OP-Tag

### NACH DER OP

- Mobilisierung am OP-Tag
- Mit Gehwagen abends mobil
- Keine Verbote
- Wenn Katheter, Entfernung innerhalb 24 h
- Freizeitkleidung
- Essen am Tisch
- Mobilisierung in der Gruppe
- Entlassung am geplanten Tag

## IHRE VORBEREITUNG FÜR DIE STATIONÄRE AUFNAHME

- Vorbereitung für zu Hause:
  - Stolperfallen entfernen
  - Griffe an der Toilette/Dusche
  - Antirutschmatte und Sitz in der Dusche

Bei Hüftpatienten:

- hoher Stuhl und hohe Toilette
- ggf. zweite Matratze aufs Bett legen
- Es ist ratsam, vor der Operation zur Fußpflege zu gehen.  
(Bitte verzichten Sie in den ersten sechs Wochen nach der OP auf eine Fußpflegebehandlung.)
- Schuhe mit Klettverschluss sind sinnvoll.



## IHRE VORBEREITUNG FÜR DIE STATIONÄRE AUFNAHME

- Nutzen Sie die Aufnahme-Checkliste auf Ihrem Patienten-Vorbereitungsblatt.
- Kontaktieren Sie uns schnellstmöglich, wenn Sie zum OP-Termin verhindert sind (Infektion, Antibiotikaeinnahmen, Wunden etc.).
- Bringen Sie Ihre Medikamente in der Packung mit Beipackzettel mit. Denken Sie ggf. auch daran, Dosieraerosole, Augentropfen und evtl. Ihre Bauchspritzen mitzubringen.
- Denken Sie an Ihr Insulin und Blutzuckermessgerät.
- Haben Sie Hilfsmittel wie zum Beispiel Unterarmgehstützen oder einen Rollator, bringen Sie diese unbedingt mit.

Am Entlassungstag bekommen Sie Ihre verordneten Medikamente oder ein Rezept mit nach Hause, danach muss der Hausarzt Ihnen die Medikamente verordnen.

# IHRE VORBEREITUNG AUF DIE REHABILITATIONSMASSNAHME

- Rehabilitative Maßnahmen: ambulant, stationär oder EAP (Erweiterte Ambulante Physiotherapie).
- Ein direkter Übergang in die Rehabilitationsmaßnahme ist leider nicht immer möglich.
- Sie haben die Voranmeldung an unseren Sozialdienst zurückgeschickt – wenn nicht, bitte nachholen.
- Sie haben einen gepackten Koffer für die Reha bereitstehen.
- Bitte denken Sie an Ihre Hilfsmittel wie zum Beispiel: Unterarmgehstützen, Rollator, Greifzange oder Strumpfanziehhilfe und ausreichende Medikation auch für die Zeit der Rehabilitation.
- Sie haben sich vorsorglich um eine private Transportmöglichkeit zur Rehabilitation gekümmert falls kein Abholservice vorhanden ist.

**MODERNE MEDIZIN**  
*Vom Menschen für die Mensch*

**VORANMELDUNG ZUR GEPLANTEN REHABILITATIONSMASSNAHME**

Siehe gebittet! Patient/ Patientin,  
Sie werden innerhalb der nächsten 14 Tage in die Reha aufgenommen.  
Nach dem Krankheitsausbruch sind Sie auf die Reha zu fahren.  
Bitte denken Sie an Ihre Hilfsmittel wie zum Beispiel: Unterarmgehstützen, Rollator, Greifzange oder Strumpfanziehhilfe und ausreichende Medikation auch für die Zeit der Rehabilitation.

Bitte füllen Sie dieses Formular aus und schicken es innerhalb einer Woche per Fax oder per Post an die angegebene Adresse zurück.

**Bitte innerhalb einer Woche zurücksenden!**

**Katholisches Klinikum Koblenz-Montabaur**  
Sozialdienst  
Dankmannstr. 13  
55116 Koblenz  
Telefon: 0271 221-2420  
Fax: 0271 221-2424  
E-Mail: sozialdienst@kkmk.de  
www.kkmk.de

Name, Vorname \_\_\_\_\_  
Geburtsdatum \_\_\_\_\_  
Adresse \_\_\_\_\_  
Tel. Nr. Mobil \_\_\_\_\_  
Datum der Krankheitsaufnahme \_\_\_\_\_ OP Datum \_\_\_\_\_  
Datum der Entlassung \_\_\_\_\_

Krankenkasse \_\_\_\_\_ Versicherungsnummer \_\_\_\_\_

Hilfsmittel/Angemittel (ich verleihe) \_\_\_\_\_

Betreiber/Angemittel (ich überbringe) \_\_\_\_\_ Betreuer/Versorgungsnummer \_\_\_\_\_

Ich bestätige Krankenkasse oder Betreiber/Angemittel wird einreichen, falls die Krankenkasse vorhanden ist.

Hier verleihe ich folgende Hilfsmittel (Betreiber/Hersteller):

Krankenscheinnummer \_\_\_\_\_ Versicherungsnummer \_\_\_\_\_  
Behandlungs- \_\_\_\_\_ Personalnummer \_\_\_\_\_

## AMBULANTE REHABILITATION ODER ERWEITERTE AMBULANTE PHYSIOTHERAPIE (EAP)?

Beide Formen der Anschlussheilbehandlung sind im Therapiezentrum möglich.

### AMBULANTE REHABILITATION

Die Ambulante Reha ist eine ganztägige Therapie, in der Sie Pausenzeiten haben und mit Essen und Getränken versorgt werden. In der Ambulanten Reha können Sie sich – falls gewünscht – von unserem Fahrdienst abholen lassen. Die Fahrt ist in Gruppen organisiert und dauert zwischen 45 und 60 Minuten. Die Abholzeit wird festgelegt und kann nicht individuell angepasst werden.

In der Regel werden Sie um 7.00 Uhr abgeholt und um 17.00 Uhr nach Hause gebracht.



# IHRE VORBEREITUNG AUF DIE HÄUSLICHE VERSORGUNG

## Ihre Vorbereitung

- Sie kennen Ihren Entlassungstermin.
- Bitte stellen Sie Ihre häusliche Versorgung unbedingt sicher, durch:
  - familiäre Hilfe/Nachbarschaftshilfe
  - mobile soziale Dienste\*
  - ambulante Pflegedienste\*

(\*Kostenübernahme nur im Ausnahmefall)



## DIE PFLEGE & PHYSIOTHERAPIE AUF STATION

Werden Sie schnell wieder aktiv! Frühe Mobilisierung und „Normalisierung“ helfen Ihnen dabei.

- Am **OP-Tag** helfen wir Ihnen, Ihren Kreislauf wieder in Schwung zu bringen, indem Sie mit unserer Hilfe aufstehen und evtl. schon am Gehwagen erste Schritte gehen.
- Sie wechseln die OP-Wäsche in Freizeitkleidung.
- Am **ersten Tag beginnt die intensive Physiotherapie.**
- Am **zweiten Tag** erlernen Sie das **Treppensteigen** und Sie üben in der Gruppe.
- Wir zeigen Ihnen Bewegungsübungen für die Muskulatur.
- Wir üben mit Ihnen ausführlich:
  - sich ins Bett legen, richtiges Liegen, Aufstehen
  - Gangübungen mithilfe Ihrer Unterarmgehstützen
  - zur Toilette gehen
  - Anziehen von Kleidung und Schuhen



**Ihre aktive Beteiligung ist wesentlich für den Erfolg!**

## HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

### Wie schnell werde ich wieder mobil und kann ohne Gehstützen laufen?

Sie können am OP-Tag erstmals das Bett verlassen. Meistens können die Patienten nach der sechsten Woche ganz auf Unterarmgehstützen verzichten. Sie können aktiv zu Ihrer Mobilität beitragen, indem Sie nach der OP die Ihnen gezeigten Übungen konsequent durchführen.



### Wie lange bin ich arbeitsunfähig?

Wann Sie wieder arbeitsfähig sind, hängt von der Art Ihrer Arbeit ab: Bei weitgehend sitzenden Tätigkeiten sind Sie schneller einsatzfähig als bei schweren körperlichen Tätigkeiten. Durchschnittlich nach ca. drei Monaten.

## WEITERE HÄUFIG GESTELLTE FRAGEN

### Welche Risiken sind mit Gelenkoperationen verbunden?

Mit jährlich ca. 200.000 Hüft- und 180.000 Kniegelenken in Deutschland zählen Gelenkersatzoperationen zu den häufigsten Eingriffen und sind heute Routine. Dennoch sollten Risiken wie Blutergüsse, Thrombosen, Infektionen, Auskugeln oder Allergien nicht unerwähnt bleiben. Zum Schutz werden jedoch hinreichende vorbeugende und nachbehandelnde Maßnahmen getroffen, wie zum Beispiel physikalische Therapie, Frühmobilisation und medikamentöse Prophylaxe.

### Wie lange hält ein Kunstgelenk?

In der Regel zehn bis 15 Jahre. Entscheidende Faktoren für die Lebensdauer sind körperliche Beanspruchung – beispielsweise Übergewicht verstärkt die Beanspruchung – oder Ihre Knochenbeschaffenheit. Das Material der Gleitkomponenten unterliegt ebenfalls einer normalen Abnutzung.

## MRSA - NUR DIE HALBE WAHRHEIT

**Tab. 1** Häufigkeit der nachgewiesenen Keime bei periprotetischer Hüftgelenk-  
infektion

Erreger	Zahl der Fälle <sup>a</sup>
<i>Staphylococcus epidermidis</i>	25
<i>Staphylococcus aureus</i>	15
<i>Enterococcus faecalis</i>	13
<i>Enterococcus faecium</i>	9
<i>Pseudomonas aeruginosa</i>	6
<i>Escherichia coli</i>	5
<i>Staphylococcus capitis</i>	4
<i>Klebsiella oxytoca</i>	4
<i>Staphylococcus hominis</i>	3
<i>Proteus mirabilis</i>	3
<i>Streptococcus agalactiae</i>	2
<i>Streptococcus auricularis</i>	2
<i>Hafnia alvei</i>	1
<i>Enterococcus gallinarum</i>	1
<i>Streptococcus haemolyticus</i>	1
<i>Staphylococcus cohnii</i>	1
<i>Candida albicans</i>	1
Methicillinresistenter <i>Staphylococcus aureus</i>	1
<i>Streptococcus dysgalactiae</i>	1

<sup>a</sup>Mehrfachnennung bei Mischinfektion.

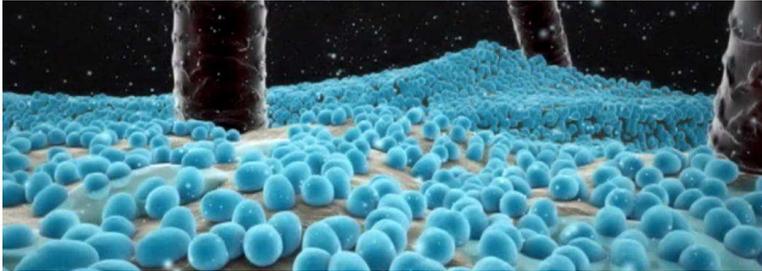
„Das Spektrum der nachgewiesenen Erreger bei HTEP-Infektion ist in Tab. 1 dargestellt. Im Wesentlichen bestehen die Erreger aus niedrigvirulenten Keimen der normalen Hautflora.“

Die Übersicht zeigt deutlich, dass ein Screening nur auf MRSA wenig Sinn macht. **MRSA** ist demnach als Ursache von Infektionen nach endoprothetischen Operationen von sehr **geringer Bedeutung**.

Der Fokus muss auf die **Reduktion aller Keime** durch präoperative, **keimlastreduzierende Waschung** gelegt werden.

Ökonomische Auswirkungen infizierter Hüfttotalendoprothesen im DRG-System, Orthopädische Klinik und Poliklinik, Universität Rostock

## WUSSTEN SIE SCHON, DASS ...



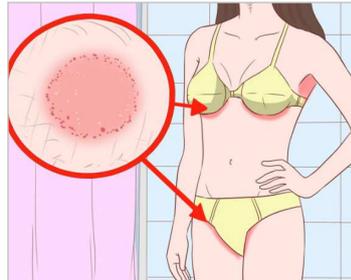
- ... rund eine Billiarde Bakterien auf unserer Hautoberfläche leben.
- ... das 10 mal mehr sind, als wir Körperzellen haben.
- ... Bakterien wie MRSA meist nur auf dem Menschen siedeln, ohne ihn krank zu machen, zum Beispiel in Nasenvorhof, Rachen, Achseln und Leisten.
- ... erst wenn diese Bakterien über Wunden oder durch Schleimhäute in den Körper gelangen, eine Infektion ausbrechen kann.

## ACHTEN SIE AUF IHREN HAUTZUSTAND

Der gesunde Zustand der Haut ist für Ihre Infektionsprophylaxe sehr wichtig.

Haben Sie

- Wunden?
- Pilzkrankungen?
- Zahninfektionen?
- engen Kontakt mit Tieren?



# SIE KÖNNEN SELBER ETWAS TUN

## Keimlastreduzierende Waschung

- Vor der Operation zur Senkung des Risikos von Wundinfektionen
- Nach Anleitung in der häuslichen Umgebung und am OP-Tag
- **Haut, Nase, Mund & Rachen, Haare**
- Dermatologisch getestet, hautverträglich, kann auf der Haut verbleiben
- 24-Stunden Barrierewirkung
- Wirksam gegen breites Erreger-Spektrum, nicht nur MRSA



## BEACHTE: NICHT DER MENSCH IST KRANK – SONDERN NUR DAS GELENK!

- Machen Sie sich vertraut mit dem Eingriff – das reduziert Ihre Ängste.
- Sie kennen Ihren Entlassungstermin und sind darauf gut vorbereitet. So können Sie sich entspannt auf Ihre Genesung konzentrieren.
- Leichter Wundschmerz/Muskelschmerz nach der Operation ist Teil der Genesung. Mehr sollte es aber nicht sein.
- Vertrauen Sie darauf: Sie werden schneller wieder Treppen steigen, als Sie sich es jetzt vorstellen können.

**Viel Erfolg auf Ihrem Weg zu Ihrer  
wiedergewonnenen Lebensqualität!**





**KLINIK FÜR ALLGEMEINE ORTHOPÄDIE/  
UNFALLCHIRURGIE, ENDOPROTHETIK  
UND KINDERORTHOPÄDIE**

Chefarzt: Dr. med. Martin Haunschild

**Sekretariat**

Karin Dröge

Kardinal-Krementsz-Str. 1-5

56073 Koblenz

Telefon: (0261) 496-62 71

Fax: (0261) 496-62 28

E-Mail: [orthopaedie@kk-km.de](mailto:orthopaedie@kk-km.de)

[www.kk-km.de](http://www.kk-km.de)

Zertifiziertes Endoprothetik-Zentrum in der  
Behandlung von Gelenkerkrankungen nach  
den Kriterien der Deutschen Gesellschaft  
für Orthopädie und orthopädische Chirurgie e.V.



**THERAPIEZENTRUM AM  
KATHOLISCHEN KLINIKUM  
KOBLENZ · MONTABOUR gGmbH**

Leitung: Stefanie Ebner-Etz Korn

Kardinal-Krementsz-Str. 1-5

56073 Koblenz

Telefon: (0261) 496-6208

Fax: (0261) 496-6484

E-Mail: [therapiezentrum@kk-km.de](mailto:therapiezentrum@kk-km.de)

[www.kk-km.de](http://www.kk-km.de)

**Öffnungszeiten:**

Mo. - Fr.: 7.30 Uhr – 19.00 Uhr

