



Hüft- und Beckenchirurgie

# Hüftarthroskopie

# Hüftarthroskopie



Abb. 1a: Sicht auf den Übergang von Kopf zum Hals mit verminderter Taillierung.



Abb. 1b: Verbesserung der Form mit der Fräse.

## Was ist eine Hüftarthroskopie?

Bei der Hüftarthroskopie wird eine 6 Millimeter breite Sonde, die eine Spülung und eine Kamera enthält, ins Hüftgelenk eingeführt. Dazu genügt ein Hautschnitt von einem Zentimeter. Ausserdem muss das Bein soweit aus dem Hüftgelenk gezogen werden, dass die Sonde ohne die Knorpeloberflächen zu verletzen eingeführt werden kann. Die Kamera erlaubt die Sicht auf das Gelenkkinnere (Abb. 1a). Über so genannte Arbeitsportale werden weitere Instrumente in das Gelenk eingeführt (Abb. 1b). Damit lassen sich zum Beispiel der Pfannenrand trimmen, die Rundung des Überganges vom Gelenkkopf zum Gelenkhals verbessern und zum Teil das Labrum acetabulare fixieren (Abb. 1c).

## Welche Vorbereitungen sind notwendig?

### Medikamente

Medikamente, welche die Blutgerinnung stören, sollen fristgerecht abgesetzt werden. Beachten Sie hierzu die Liste «Verbotene Medikamente».

### Ambulante Voruntersuchung

Bei der ambulanten Voruntersuchung erfolgen die medizinischen Abklärungen für die Operation. Sie lernen den betreuenden Stationsarzt kennen und besprechen mit dem Anästhesisten, welche Anästhesie für Ihre Operation vorgesehen ist.

### Wie geht es weiter nach der Operation?

Der chirurgische Eingriff dauert 1 bis 2 Stunden. Anschliessend werden Sie in der Aufwachstation überwacht und am selben Tag in Ihr Zimmer verlegt. Die operierte Hüfte wird gleich nach dem Eingriff auf einer elektrischen Bewegungsschiene passiv bewegt. Am ersten Tag nach der Operation besucht Sie ein Physiotherapeut und hilft Ihnen, das erste Mal aufzustehen. Sie dürfen das operierte Bein nach Massgabe der Beschwerden belasten, gehen aber immer an zwei Gehstöcken. Sobald Sie Ihre Selbstständigkeit (an zwei Stöcken gehen, aus dem Bett aufstehen, Treppen steigen etc.) wieder erlangt haben und durch den Physiotherapeut am Hometrainer instruiert wurden, dürfen Sie das Spital verlassen.



Abb. 1c: Aufnahme nach Korrektur der Fehlf orm.

## Wie geht es weiter nach dem Spitalaufenthalt?

### Die ersten 6 Wochen nach der Operation

Sie sind an zwei Stöcken gehfähig. Die Belastung der operierten Hüfte richtet sich nach den Beschwerden. Eine ambulante physiotherapeutische Nachbehandlung ist in dieser Zeit nicht notwendig. Sie mobilisieren Ihre Hüfte selbständig 3 Mal pro Tag während 15 Minuten auf dem Hometrainer. Je nach beruflicher Tätigkeit und Arbeitsweg dürfen Sie Ihre Arbeit in Teilzeit wieder aufnehmen.

### Nach den ersten 6 Wochen

Sie kommen zur ersten Nachkontrolle, bei der Sie klinisch und radiologisch untersucht werden. In der Regel dürfen Sie danach ohne Stöcke gehen. Belastungssteigerung und Kräftigung der Hüftmuskulatur erfolgen ambulant beim Physiotherapeuten. **Nach einem Jahr** erfolgt die klinische und radiologische Abschlussuntersuchung.

### Erfolgsaussichten und Prognose

Erfahrungsgemäss sind Sie nach diesem Eingriff im Alltag beschwerdefrei. Ob und in welchem Ausmass bei intensiven sportlichen Aktivitäten noch Beschwerden auftreten, hängt im Wesentlichen davon ab, wie weit fortgeschritten die Knorpelschäden vor der Operation bereits waren und wie ausgeprägt die Vernarbungen sind.

**Universitätsklinik Balgrist**  
**Orthopädie**  
Hüft- und Beckenchirurgie

Forchstrasse 340  
CH-8008 Zürich

**Sprechstunde**  
Montag und Freitag  
T +41 44 386 12 89  
F +41 44 386 12 90  
[huefte@balgrist.ch](mailto:huefte@balgrist.ch)