

Bleiben Sie in Bewegung!



Aktives Leben

In der ersten Zeit nach der Operation sollten Sie extreme Belastungen vermeiden und den Beginn sportlicher Aktivitäten mit Ihrem Arzt abklären.

Empfehlenswert sind Sportarten, die mit gleichmäßigen und kontrollierten Bewegungen verbunden sind, wie z.B. Wandern bzw. Walken, Schwimmen, Radfahren in aufrechter Haltung oder leichte Gymnastik.

Vorsicht ist geboten bei Sportarten wie z.B. Leichtathletik, Ballsportarten oder Reiten.

Postoperative Nachbehandlung

Mit einem Gelenkersatz sollten Sie auch bei Beschwerdefreiheit nach einem Jahr eine fachärztliche Kontrolluntersuchung durchführen lassen. Hierzu erhalten Sie von uns eine Einladung.

Ziel dieser postoperativen Nachbehandlung ist die Sicherstellung einer optimalen Begleitung auf dem Weg zurück in Ihr aktives Leben sowie die Dokumentation Ihres klinischen Fortschritts.

Terminvereinbarung

Privatsprechstunde: 06 131 17-7302

Spezialsprechstunden: 06 131 17-2422

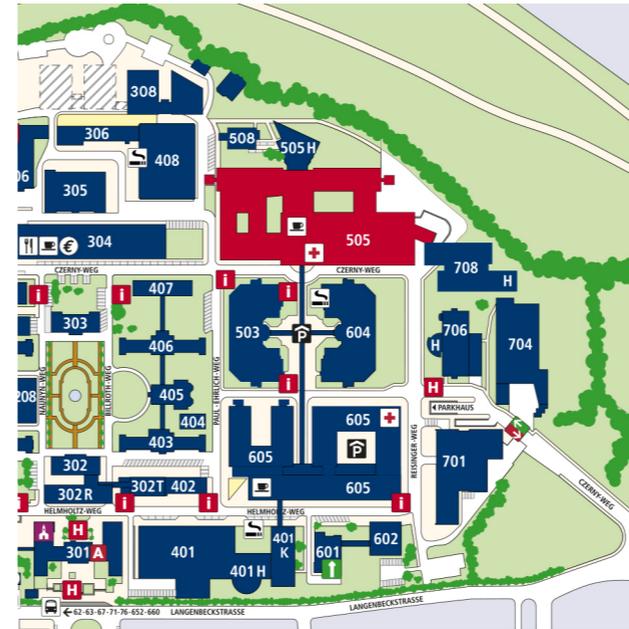
- Endoprothesensprechstunde
- Hüftsprechstunde
- Kniesprechstunde

An wen wende ich mich bei weiteren Fragen?

E-Mail: Promise@unimedizin-mainz.de

Lageplan

Universitätsmedizin Mainz



Universitätsmedizin

der Johannes Gutenberg-Universität Mainz,
Langenbeckstr. 1, 55131 Mainz

Weitere Infos finden Sie auf der Homepage:
<https://www.unimedizin-mainz.de/zou/startseite/startseite.html>

Auf unserer Homepage www.unimedizin-mainz.de finden Sie Anfahrtskizzen sowie mögliche Busverbindungen.



Zentrum für Orthopädie und Unfallchirurgie (ZOU)

Ihre Chance: PROMISE! Neue Hüfte, neues Knie.



JG|U UNIVERSITÄTSmedizin.
MAINZ

Ihre Chance: PROMISE! Neue Hüfte, neues Knie.

Sehr geehrte Damen und Herren,

Sind gelenkerhaltende Maßnahmen nicht mehr möglich, eröffnet die Implantation eines Kunstgelenkes (Endoprothese) oftmals die Chance auf ein beschwerdefreies Leben ohne Einschränkungen.

Um Ihrem Bedürfnis nach uneingeschränkter Mobilität durch höchste Behandlungs- und Versorgungsqualität entgegenzukommen behandeln wir Sie nach dem Versorgungsprogramm ?PROMISE? (Prozessoptimierung durch interdisziplinäre und sektorenübergreifende Versorgung bei Patienten mit Hüft- und Knieendoprothesen). Das PROMISE Programm ist eine Versorgungsform, welche die Prinzipien des bewährten ERAS-Konzepts (Enhanced Recovery After Surgery) mit einer aktiven Patienteneinbindung sowie einer kontinuierlichen Prozessoptimierung, von der präoperativen Erstuntersuchung bis hin zur Entlassung sowie der Gewährleistung einer schnellen und sicheren Mobilisation unmittelbar nach der Operation für eine schnelle Eigenständigkeit und einen beschleunigten Heilungsprozess.

Das ganze interdisziplinäre Team des ZOU begrüßt Sie herzlich und wünscht Ihnen eine rasche und vollständige Genesung!

Univ.-Prof. Dr. med. Philipp Drees
Univ.-Prof. Dr. med. Erol Gercek

Aktiv informiert mit "PROMISE"!

Individuelle Beratung in unserer Sprechstunde

In unserer Sprechstunde beantworten wir Ihnen alle Fragen zum Thema Endoprothetik. Hierbei werden Sie über konservative und operative Therapieverfahren sowie über die die bevorstehende Operation sowie den Behandlungsablauf ausführlich aufgeklärt.



Frühzeitige Planung Ihrer Nachbehandlung

Ihre Entlassung sowie Ihre Anschlussheilbehandlung werden bereits vor der Aufnahme ins Krankenhaus gemeinsam mit allen beteiligten Fachgruppen geplant. Bitte beachten Sie, dass eine Direktverlegung in die Rehabilitationsklinik meistens nicht möglich ist. Wir empfehlen Ihnen daher, Ihr Zuhause auf Ihre veränderten Bedürfnisse nach dem operativen Eingriff entsprechend vorzubereiten!

Vorbereitungstag

Eine perfekte Operationsvorbereitung dient dem Ziel Sie bestmöglich auf den Eingriff vorzubereiten. Dazu zählen eine detaillierte Anamnese, die Durchführung notwendiger Untersuchungen, die umfassende Patientenaufklärung sowie die Teilnahme am Patientenseminar.

Gemeinsam zum Behandlungserfolg!



Vorbereitungstag / Patientenseminar

Im Patientenseminar erläutert Ihnen ein Experte aus jedem Fachgebiet die Abläufe und wichtigen Informationen rund um Ihren Eingriff. Hierzu kommt ein Orthopäde, Anästhesist, Pfleger, Physiotherapeut, Mitarbeiter vom Sanitätshaus und eine Mitarbeiterin vom Sozialdienst um Ihre Fragen zu beantworten.

Gerne können Sie sich bei Unsicherheiten / Sprachbarrieren von einer Person ihres Vertrauens zum Patientenseminar begleiten lassen.

Aufnahme / OP

Um Ihnen eine lange Wartezeit und eine verlängerte Nüchternheit am OP-Tag zu ersparen bestellen wir die für einen Gelenkersatz geplanten Patienten gestaffelt ein. Bitte rufen Sie am Vorabend (nach 19 Uhr) auf der entsprechenden Station an und erfragen den genauen Zeitpunkt Ihrer Operation!

Mobilisation

Eine frühe Mobilisation beschleunigt den Heilungsprozess und verhindert Komplikationen. Bereits am Tag Ihrer Operation stehen Sie in Begleitung durch unser Personal aus dem Bett auf und kommen so in Bewegung.

Der Behandlungsablauf

Bewegungsparkour / Outdoorgruppe

Sie erlernen vom ersten Tag an Eigenübungen die sie schrittweise bis zur vollen Genesung erweitern können. Integriert sind dabei auch das Erlernen von Treppensteigen, welches zu unseren Entlasskriterien gehört.

Zur Unterstützung bieten wir Ihnen verschiedene Aktivitätsangebote an, z.B. ein bewegungsförderndes Umfeld samt Bewegungsparkour sowie die Teilnahme an der Outdoorgruppe.



Aktiv mitmachen & Entlassung

Der entscheidende Faktor Ihres Behandlungserfolges sind Sie! Das interdisziplinäre Team des Zentrums unterstützen Sie.

Nach ca. 3-5 Tagen haben Sie die von uns festgelegten Entlasskriterien erreicht und können das Zentrum verlassen.