

**Schön Klinik München Harlaching**  
Harlachinger Straße 51, 81547 München  
T +49 89 6211-2244

[www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching](http://www.schoen-klinik.de/muenchen-harlaching)

Folgen Sie uns auf Facebook, Instagram,  
Twitter, YouTube, Xing und LinkedIn.



Die Schön Klinik München Harlaching ist als hochmoderne Spezialklinik für die Behandlung orthopädischer Erkrankungen international anerkannt. Im Zentrum für Knie-, Hüft-, Schulter- und Ellenbogenchirurgie sind wir spezialisiert auf die Behandlung von akuten und chronischen Erkrankungen des Bewegungsapparates. Wir beraten Sie sowohl bei Sportverletzungen als auch bei chronischen Verschleißerkrankungen.

Unser Behandlungsangebot umfasst minimalinvasive (arthroskopische) Techniken, gelenkerhaltende und regenerative Verfahren sowie die Versorgung mit modernsten Endoprothesen bei gelenkersetzenden Verfahren. Seit vielen Jahren sind wir verlässlicher Partner im Spitzensport und seit 2006 Medizinisches Zentrum des Olympiastützpunktes Bayern sowie FIFA Medical Centre of Excellence.

1. Auflage – Januar 2022

**SCHÖN  
KLINIK**  
München Harlaching

## Minimalinvasive Hüft-Endoprothese

Informationen  
für unsere  
Patientinnen  
und Patienten



# Gründe für eine Hüftprothese

**Ist Ihre Hüfte steif und sind Bewegungen mit starken Schmerzen verbunden, bedeutet das eine enorme Einschränkung und Belastung in Ihrem Alltag.**

Lassen sich die Beschwerden nicht mit konservativen Methoden beheben und ist die Abnutzung Ihres Hüftgelenks bereits stark fortgeschritten, kann Ihnen eine Hüftoperation wieder zu neuer Lebensqualität verhelfen. Ein Hüftersatz, also eine künstliche Hüfte (Hüft-Totalendoprothese), stellt Ihre schmerzfreie Beweglichkeit dauerhaft wieder her. Die Entscheidung für eine Operation und den richtigen Zeitpunkt

treffen Sie dabei selbst. Denn Sie können am besten beurteilen, wie sehr Sie sich eingeschränkt fühlen und wie stark Sie unter Ihren Schmerzen leiden.

Bei unseren mit modernsten minimal-invasiven Operationstechniken vertrauten Chirurgen und Chirurginnen sind Sie im Falle einer Hüftoperation in den besten Händen. Wir sind von der Deutschen Gesellschaft für Orthopädie und Orthopädische Chirurgie (DGOOC) als „EndoProthetikZentrum der Maximalversorgung“ zertifiziert. Das bedeutet, dass wir Ihnen mit unseren erfahrenen Operations- und Behandlungsteams Medizin auf dem neuesten Stand der Wissenschaft bieten.



## Häufigste Gründe für einen Hüftersatz:

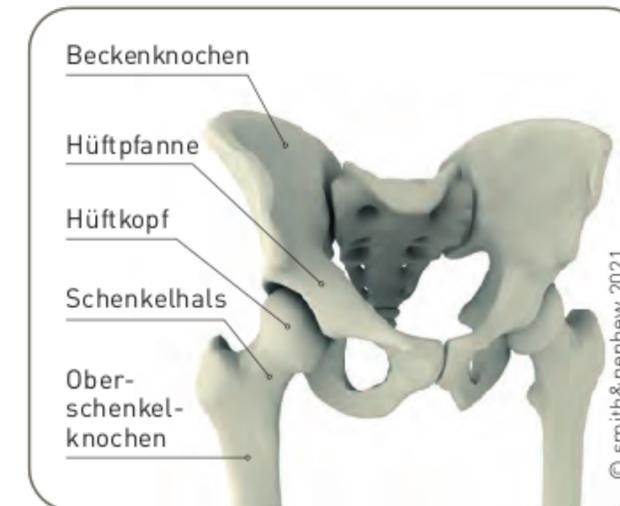
- › Hüftarthrose (Coxarthrose)
- › Absterbender Hüftkopf (Hüftkopfnekrose)
- › Fehlstellung der Gelenkpfanne (Hüftdysplasie)
- › Entzündliche Erkrankung der Gelenke (rheumatoide Arthritis)
- › Oberschenkelhalsbruch (Trauma)



## Minimalinvasive Operationstechnik

Im Vergleich zur konventionellen Chirurgie wird bei der minimalinvasiven Operationstechnik der kleinstmögliche Zugang gesetzt. Sie wird daher auch oft als „Schlüssellochchirurgie“ bezeichnet. Dies ist besonders gewebeschonend und führt zu einer schnelleren Genesung nach dem Eingriff.

# Das Hüftgelenk



Die Hüftgelenke (Articulatio coxae) sind die zweitgrößten Gelenke des Körpers und verbinden die Oberschenkelknochen (Femur) und das Becken (Pelvis) miteinander. Als besondere Form des Kugelgelenkes, auch Nussgelenke genannt, ermöglichen sie eine große Beweglichkeit der Beine. Dabei werden sie von zahlreichen Muskelgruppen, insbesondere der Gesäßmuskulatur, unterstützt und gestützt. Am oberen Ende des Oberschenkelknochens liegt der runde Hüftkopf

(Caput femoris), der sich frei in der Pfanne des Beckenknochens bewegt. Sowohl Hüftkopf als auch Hüftpfanne (Acetabulum) sind mit einer widerstandsfähigen Knorpelschicht (hyaliner Knorpel) überzogen. Diese Knorpelschicht ist sehr druckfest und ermöglicht reibungsarme Bewegungen.

Das Hüftgelenk wird von einer kräftigen Gelenkkapsel umschlossen und abgedichtet. Sie enthält Blutgefäße, Nerven und Zellen, die Gelenkflüssigkeit produzieren. Diese mindert als Schmiermittel die Reibung der Gelenkflächen aneinander und ernährt den Knorpel, der nicht durchblutet, sondern durch Druck versorgt wird. Bei Belastung sondert der Knorpel Abfallprodukte ab und bei Entlastung nimmt er neue Nährstoffe aus der Gelenkflüssigkeit auf. Bewegung sorgt also für einen gesunden Knorpel. Da sich Knorpelzellen kaum nachbilden können, bleibt ein einmal entstandener Knorpelschaden in der Regel bestehen.

# Gelenkverschleiß (Hüftarthrose)

**Hüftarthrose (Coxarthrose) ist der Fachbegriff für einen schmerzhaften und chronischen Verschleiß des Hüftgelenkknorpels.**

Durch den Verschleiß verändern sich die Knochen. Diese Veränderung führt zu einer Versteifung des Hüftgelenks und beeinträchtigt erheblich die Beweglichkeit und das Gangbild von Betroffenen. Hüftarthrose ist der häufigste Grund für ein künstliches Hüftgelenk (Hüftprothese).

Es wird unterschieden zwischen primärer und sekundärer Arthrose:

Eine **primäre Hüftarthrose** liegt vor, wenn keine konkrete Ursache feststellbar ist.

Die **sekundäre Hüftarthrose** ist auf eine bestimmte Ursache, wie beispielsweise Fehlstellungen, Verletzungen oder Überbeanspruchung, zurückzuführen.

# Die Wahl der geeigneten Hüftprothese

Weil die künstliche Hüfte im Körper liegt, wird sie auch Hüft-Endoprothese (griech: endo = innen) genannt.

Welche Hüftprothese für Sie am besten geeignet ist, hängt von verschiedenen Faktoren ab, insbesondere Ihrem Alter, Ihrer Knochendichte und der Tragfähigkeit Ihres Oberschenkelkopfes.

Nach einer gründlichen Untersuchung beraten wir Sie ausführlich, damit Sie sich mit Ihrer Entscheidung sicher und wohl fühlen. Hüftprothesen sind heute auf eine Haltbarkeit von mindestens 20 Jahren ausgelegt.

**Wir sind spezialisiert auf sämtliche Bereiche des Hüftersatzes**

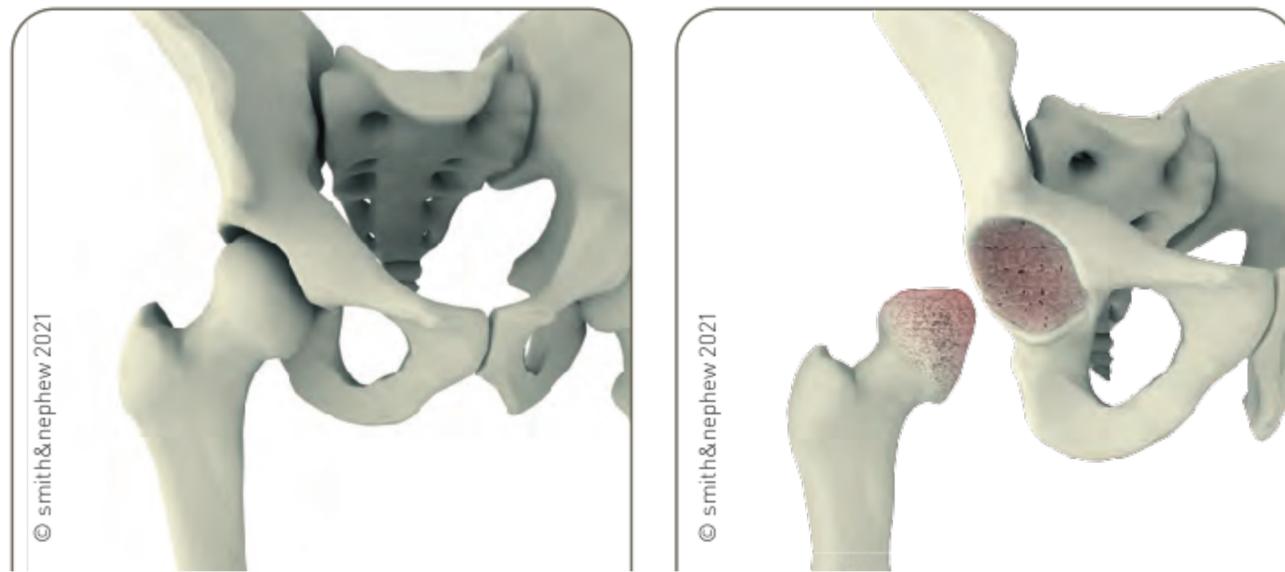
**Minimalinvasive Hüft-Vollprothese (Hüft-TEP/HTEP)**

Die Hüftprothese ersetzt Gleitflächen (Knorpel) und knöcherne Bestandteile des Hüftgelenks.

**Wechsel der Hüft-Endoprothese**

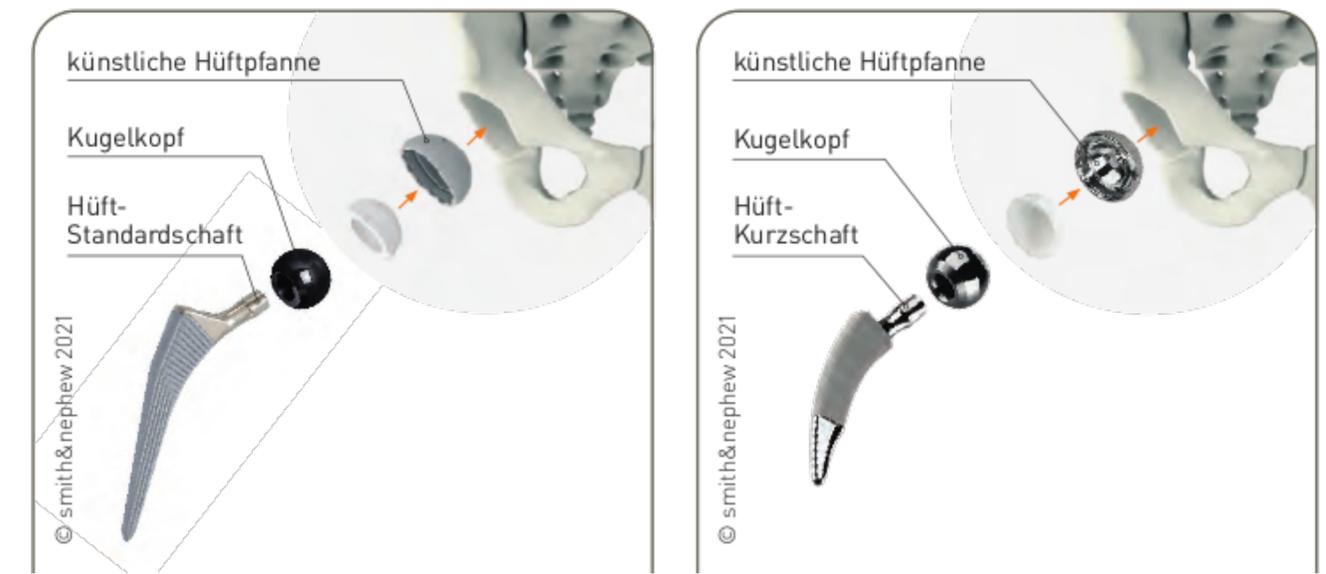
Austauschoperationen bei Infektionen, Frakturen, Lockerung oder Abnutzung

Grafische Darstellungen: Gesundes Hüftgelenk | links, Hüftarthrose (Coxarthrose) | rechts



Grafische Gegenüberstellung:

Aufbau Hüft-Endoprothese mit Standardschaft | links vs. Kurzschaft | rechts



## Die Hüft-Total-Endoprothese

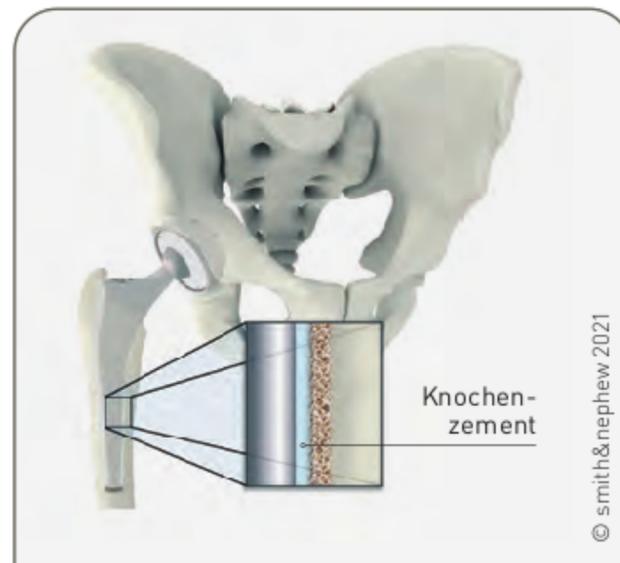
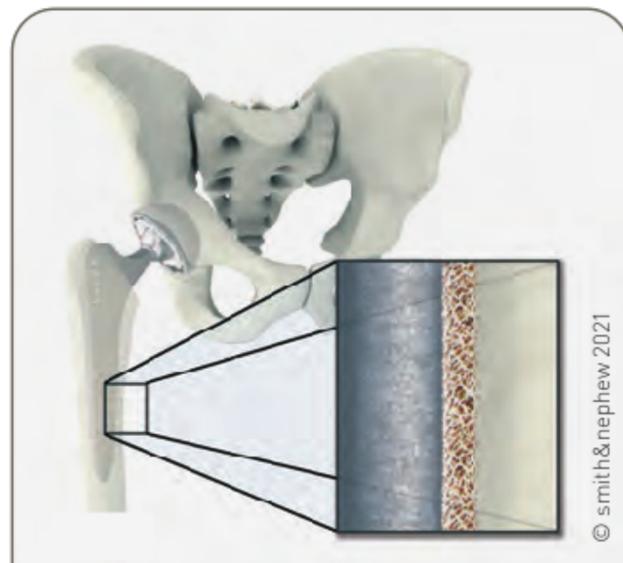
Die **Vollprothese** (Total-Endoprothese, Hüft-TEP) ersetzt beide knöchernen Teile des Gelenks, also Hüftkopf und Hüftpfanne. Sie wird fest in Oberschenkel- und Beckenknochen verankert, um die Beweglichkeit der Hüfte wiederherzustellen. Dabei muss die Prothese fest im Skelett sitzen und die gleitenden Prothesenkomponenten (Hüftkopf und Hüftpfanne) müssen optimal beweglich sein.

Die Hüft-Prothese besteht aus mehreren Komponenten, wie Schaft, Prothesenkopf und Gleitfläche sowie unterschiedlichen Materialien, wie Metall (z.B.

Titan), Keramik und Kunststoff in verschiedenen wählbaren Kombinationen. Sie kann zementfrei einwachsend oder, im Falle einer nicht mehr optimalen Knochenqualität (z.B. bei Osteoporose), zementiert eingesetzt werden.

Die Unterschiede sowie die Vor- und gegebenenfalls Nachteile der verschiedenen Prothesen-Typen und -Materialien besprechen unsere Experten mit Ihnen ausführlich im Vorfeld der Operation, um Ihnen eine fundierte Entscheidungsgrundlage zu bieten. Unser Ziel dabei: dass Sie sich mit Ihrer neuen Hüfte so lange wie möglich wieder beschwerdefrei bewegen können.

Grafische Darstellung: zementfreie Verankerung | links, zementierte Verankerung | rechts



# Häufige Fragen

## Wie lange bleibe ich nach einer Hüftprothesen-OP im Krankenhaus?

Nach der Operation bleiben Sie etwa vier bis sechs Tage bei uns in der Klinik. In der frühen Phase nach der Operation erhalten Sie eine optimal auf Sie eingestellte Schmerztherapie. Dank dieser können Sie bereits am Tag der Operation das erste Mal aufstehen und das neue Gelenk belasten.

Nach wenigen Tagen sind die meisten Patientinnen und Patienten in der Lage, mithilfe von Unterarmgehstützen Treppen zu steigen. Auch wenn Sie Ihr Gelenk bereits voll belasten können, sollten Sie diese Gehstützen in den ersten zwei bis vier Wochen nach der OP verwenden, um den Heilungsprozess und den Muskelaufbau schonend zu unterstützen.

## Was muss ich nach der Hüftoperation beachten?

In den ersten Wochen nach der Operation sollten Sie je nach Prothesen-Art

bestimmte Bewegungen vermeiden, um den sicheren Halt der Prothese zu gewährleisten. Unsere Experten informieren Sie darüber, worauf Sie nach Ihrer individuellen Hüftoperation achten sollten.

## Wie lange bin ich nach einer Hüftoperation krankgeschrieben?

Generell ist die Arbeitsfähigkeit von Ihrem Beruf abhängig. Die meisten Patientinnen und Patienten, die in einem stehenden oder gehenden Beruf tätig sind, können ihre Arbeit nach ungefähr 12 Wochen wieder aufnehmen.

## Wie lange dauert es, mich an das künstliche Hüftgelenk zu gewöhnen?

Die Gewöhnungsphase ist individuell sehr unterschiedlich, sie kann bis zu einem Jahr oder länger dauern. Manche Patientinnen und Patienten berichten in dieser Zeit beispielsweise von einer leichten Wetterfühligkeit im neuen Gelenk.

## Wann darf ich wieder Auto fahren?

Je nach Genesung können Sie drei bis sechs Wochen nach der Implantation der Hüftprothese wieder selbst Auto fahren. Mitfahren können Sie in einem Auto oder öffentlichen Verkehrsmittel bereits wesentlich früher.

## Darf ich mit der Hüftprothese Sport treiben?

Das hängt von der Schwere der Operation ab. Hüftfreundliche Sportarten wie Schwimmen, Radfahren oder Wandern

können nach ca. sechs Wochen wieder begonnen werden. Skifahren und Skilanglauf sowie Kontaktsportarten sollten Sie wegen des hohen Verletzungsrisikos vermeiden. Gerne beraten wir Sie ausführlich dazu, wann Sie welche Sportarten aufnehmen können.

## Wie lange hält die Hüftprothese?

Die Standzeit einer Hüft-Endoprothese kann 20 Jahre oder länger betragen, abhängig von körperlicher Belastung, Knochenbeschaffenheit sowie Material und Design der Prothese.



# Die Zeit nach der Operation

## Nach Ihrem Krankenhausaufenthalt beginnen Sie Ihre Rehabilitation und Physiotherapie – je nach individueller Situation stationär oder ambulant.

Hier intensivieren wir die bereits begonnenen Therapien. Sie lernen, welche Bewegungen Sie in dieser ersten Zeit vermeiden sollten und wie Sie die Prothese vor Überbelastung schützen können. Neben der Unterstützung des Heilungsprozesses tragen die Reha-Maßnahmen zudem entscheidend dazu bei, Ihre Beweglichkeit zu verbessern und die Muskulatur wieder aufzubauen, die sich durch die oft lange Erkrankung und Schonhaltung vor der Operation verändert hat. Den Antrag für die Rehabilitation können Sie schon während Ihres Aufenthalts in unserer Klinik zusammen mit dem Sozialdienst stellen.

In der Regel schließt die Rehabilitation direkt an den Krankenhausaufenthalt an, muss jedoch in jedem Fall bis spätestens zwei Wochen nach der Krankenhausentlassung aufgenommen werden. Während der dreiwöchigen Reha sind Sie entweder in der Klinik (stationäre Reha) untergebracht oder verbringen Ihre Zeit zu Hause und nehmen Ihre

ambulanten Termine wahr. Damit stellen wir eine optimale Nachbehandlung sicher. Diese beinhaltet Krankengymnastik, Lymphdrainage, Gang- und Gleichgewichtsschulung, verschiedene Bewegungstherapien und Gesundheitsberatung. Darüber hinaus gehen wir gerne auf Ihre individuellen Fragen rund um Ihr künstliches Hüftgelenk ein.



### Endo Aktiv

#### Endo Aktiv – schneller wieder auf den Beinen

Im Rahmen unseres Endo Aktiv Programms binden wir Sie bereits im Vorfeld der Operation intensiv in die Abläufe ein und helfen Ihnen dabei, sich optimal vorzubereiten. Schonende Narkoseverfahren, kleine Schnitte sowie eine individuell auf Sie abgestimmte Schmerztherapie und Nachbehandlung unterstützen eine schnellere Genesung. Dadurch sind Sie bereits durchschnittlich fünf Tage nach der OP so mobil, dass Sie Ihre Rehabilitation (auch Anschlussheilbehandlung) beginnen können.

Mehr Informationen erhalten Sie unter [www.schoen-klinik.de/endo-aktiv](http://www.schoen-klinik.de/endo-aktiv)

