

# Protesi totale d'anca

## Cosa fare prima dell'intervento:

- **Perder il peso** in eccesso per evitare il sovraccarico dell'anca operata e del alto sano durante il recupero.
- Può essere idoneo prepararsi all'intervento con **un'idonea fisiochinesiterapia**. A tal scopo si consiglia il seguente schema: rinforzo dei muscoli, glutei quadricipite, addominali e flessori del ginocchio tramite massaggio stimolante, ginnastica (soltanto se non provoca dolore), contrazioni isometriche, eventuale ciclo di elettrostimolazioni a scopo trofico. Al contrario, se è presente dolore intenso, il paziente deve mettersi a riposo e praticare fisioterapia a scopo antalgico (elettroanalgesia, laserterapia, magnetoterapia).
- **Evitare l'assunzione di farmaci antinfiammatori** (soprattutto Aspirina) e di qualsiasi terapia occasionale non prescritta dal medico curante per almeno 2 settimane prima dell'intervento.
- Se si assumono **estroprogestinici orali** ("pillola") sospenderne l'assunzione almeno 30 giorni prima dell'intervento.
- Controllare la presenza di eventuali **infezioni latenti** (ascessi dentari, cistiti, etc...).
- Si consiglia di eseguire la **disinfezione cutanea di tutto il corpo** con clorexidina gluconata (CHG) la sera prima dell'intervento. In presenza di ipersensibilità alla CHG, o quando non sia possibile, un sapone antisettico è appropriato. Inoltre, dopo la doccia, il/la paziente è invitato/a a dormire in abiti puliti e biancheria del letto pulita, senza l'applicazione di eventuali prodotti topici.
- Nel caso di necessità di una **rasatura del sito chirurgico** è preferibile che venga effettuata con uso manuale del rasoio rispetto ad un rasoio elettrico ed il più vicino possibile al momento della procedura chirurgica (se fatta la sera prima dell'intervento, effettuarla prima della doccia con disinfettante cutaneo).
- Il paziente, dalla mezzanotte precedente il giorno dell'intervento, deve assumere un **digiuno assoluto**.
- Procurarsi **calza elastica antitrombotica** e due **bastoni canadesi**