



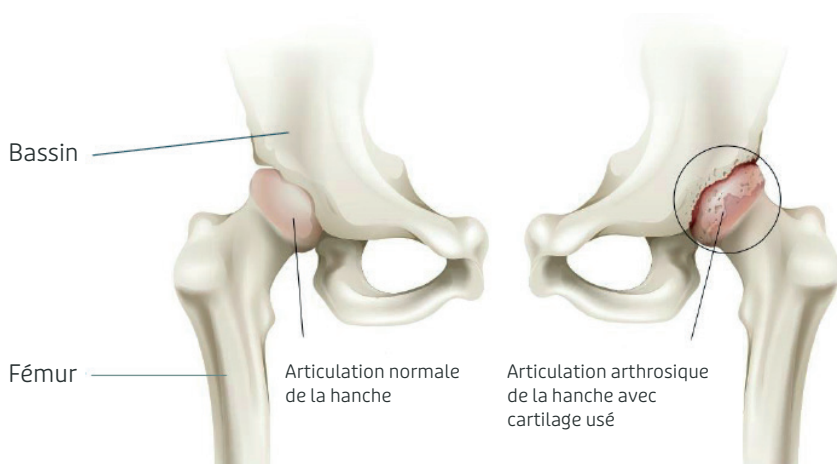
CHIRURGIE DE LA HANCHE - PROTHÈSE TOTALE ET RESURFAÇAGE

Traitements et conseils

ANATOMIE

La hanche est une articulation composée du fémur (os de la cuisse) et du bassin. La partie haute du fémur a la forme d'une boule (tête fémorale) et s'articule avec une cavité du bassin appelée acétabulum. La tête fémorale est maintenue en place par des ligaments et des muscles. Pour que la tête fémorale et l'acétabulum glissent l'un contre l'autre de façon harmonieuse, ils sont recouverts d'une couche de tissu très lisse : le cartilage.

QUEL EST LE PROBLÈME?



La dégénérescence articulaire de la hanche peut avoir plusieurs causes. La plus fréquente est l'arthrose. Elle peut survenir à la suite d'une ancienne blessure, une malformation osseuse, une infection ou tout simplement à cause du vieillissement et de l'usure normale. Aussi, plusieurs formes de maladies inflammatoires peuvent causer la dégénérescence articulaire; la plus fréquente est l'arthrite rhumatoïde.

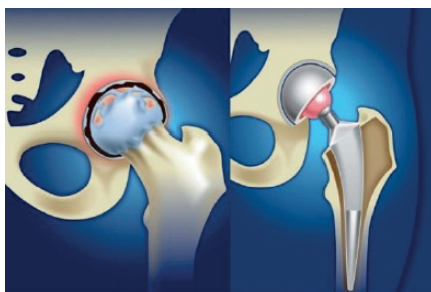
La chirurgie vise à remplacer l'articulation usée et ainsi soulager la douleur et permettre à la hanche de bouger plus facilement. Ainsi, votre niveau fonctionnel sera amélioré (p. ex. tolérance à la marche).

EN QUOI CONSISTE LA CHIRURGIE?

Le remplacement total de la hanche peut être réalisé avec différents types de prothèses faites de plastique, de métal ou de céramique. Différentes techniques peuvent être utilisées. Assurez vous d'en discuter avec votre équipe de professionnels de la santé afin de faire les exercices adéquats.

La prothèse totale de la hanche (PTH)

La prothèse totale de la hanche consiste à remplacer les deux parties de l'articulation en insérant une tige longue ou courte dans l'os de la cuisse (fémur) et une cupule dans la cavité du bassin (acétabulum).

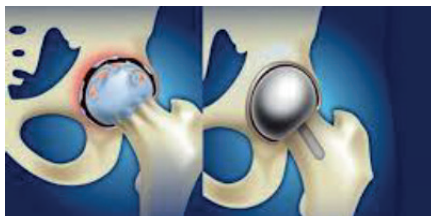


Hanche arthrosique

Prothèse totale de la hanche

Le resurfaçage de la hanche

Le resurfaçage de la hanche consiste à remplacer uniquement les surfaces de l'os usées en conservant la tête et le col de l'os de la cuisse (fémur).



Hanche malade

Resurfaçage

COMPLICATIONS POSSIBLES

Les complications à la suite d'une chirurgie de la hanche sont rares, mais il reste important d'être alerte et de savoir les reconnaître au besoin :

- Infection
- Embolie pulmonaire
- Nécessité d'une transfusion
- Atteinte nerveuse ou vasculaire
- Douleur persistante
- Thrombophlébite profonde
- Saignement ou hématome
- Fracture du fémur ou du bassin pouvant nécessiter une fixation
- Luxation
- Ankylose

Les risques de thrombophlébite (formation d'un caillot de sang dans une veine de la jambe) ou d'embolie pulmonaire (formation de caillots de sang qui se logent dans les poumons) sont deux complications qui peuvent survenir environ dans les 35 jours suivant la chirurgie, même si vous portez un bas compressif et prenez des anticoagulants. Cette situation doit être traitée en urgence (voir la section SYMPTÔMES à la page 9).

COMBIEN DE TEMPS VAIS-JE RESTER À L'HÔPITAL?

Habituellement, votre chirurgie est prévue en chirurgie d'un jour, donc vous quitterez le jour même. Sinon, vous resterez de 24 à 48 heures à l'hôpital.

La chirurgie elle-même dure environ 2 heures. Toutefois, le processus complet (préparation, chirurgie, réveil, etc.) dure de 4 à 5 heures. Vous rencontrerez votre anesthésiologiste afin de discuter de vos options d'anesthésie le jour de l'intervention (anesthésie régionale ou générale).

QUAND POURRAIS-JE REPRENDRE MES ACTIVITÉS APRÈS LA CHIRURGIE?

Vous devrez attendre quelques semaines avant de retourner au travail, de conduire un véhicule ou de pratiquer des sports. Voici un aperçu des délais :

- Retour au travail : prévoyez de 6 à 12 semaines de convalescence selon le type de chirurgie, votre âge et le travail que vous effectuez.
- Conduite automobile : attendre environ de 4 à 6 semaines selon le côté opéré, la consommation de médicaments et votre niveau d'autonomie.
- Sports : attendre au moins 12 semaines.
- Voyages : durant les trajets de longues distances en automobile, faites de petits arrêts aux heures pour bouger et marcher. Évitez l'avion pendant les premières semaines. Parlez-en à votre chirurgien.

Délais d'attente pour certaines activités

Activités aquatiques : piscine ou spa	1 mois (la plaie doit être guérie)
Activités avec impacts ou changements brusques de direction : ski, course à pied, tennis, badminton, squash, etc.	Selon l'avis de votre orthopédiste



Reportez à plus tard toutes décisions importantes, car il est possible que vous ayez de la difficulté à vous concentrer jusqu'à deux semaines après l'opération en raison des effets de l'anesthésie ou de la médication.

MOBILISATION APRÈS LA CHIRURGIE

Après votre premier lever avec l'aide d'un membre du personnel et d'une marchette, nous vous inviterons à :

- marcher au moins 3 fois par jour en faisant des pas de longueur égale et en augmentant graduellement la distance;
- manger au fauteuil ou à la salle à manger à tous les repas;
- aller à la salle de bain (pas de baignoire, pas de chaise d'aisance);
- participer activement à votre hygiène.

Cela aidera à prévenir les complications et à vous rétablir le plus rapidement possible.



ATTENTION

Afin de diminuer le risque de chute, il est important de ne pas vous lever seul(e) la première fois. On vous assistera pour votre premier lever.

PANSEMENT(S) ET PLAIE(S)

Il est normal d'avoir une coloration bleutée au niveau de la hanche et de la cuisse ainsi qu'une diminution de la sensibilité à l'endroit de la cicatrice et dans la région environnante.

La plaie peut être refermée avec de la colle chirurgicale ou des agrafes selon votre chirurgien.

- La colle se dissout dans environ 10 jours. Ne frottez pas pour l'enlever.
- Les agrafes seront retirées par le CLSC 14 jours après la chirurgie.
- S'il y a des bandes de rapprochement, elles tomberont d'elles-mêmes après environ 2 semaines. Ne frottez pas pour les enlever. Vous pouvez couper les bouts avec un ciseau propre si elles décollent.

À votre congé, l'infirmière vous expliquera comment retirer le pansement. Elle vous dira aussi si vous pouvez prendre une douche, selon votre type de pansement (voir la section HYGIÈNE à la page 6).

Important : Tant que possible, évitez d'exposer la plaie au soleil au cours de la première année suivant la chirurgie. Si la plaie doit se trouver exposée, appliquer une protection solaire (FPS 60).

HYGIÈNE

La douche :

Permise après 48 heures

Si vous avez un pansement adhésif à l'épreuve de l'eau, assurez-vous qu'il soit bien étanche.

Si vous avez des agrafes ou de la colle et que la plaie ne coule pas.

NON permise

Si vous avez un autre type de pansement. Attendez son retrait.

Si votre plaie a été refermée autrement qu'avec des agrafes ou de la colle. Attendez que votre plaie soit refermée complètement (environ 3 semaines).

Le bain : attendez l'autorisation de votre chirurgien.

RECOMMANDATIONS

- Assurez-vous d'avoir la capacité de demeurer debout pendant la durée de votre douche ou utilisez un équipement approprié (voir la brochure *Orthopédie - prothèse | Hanche/genou Équipements*).
- Si vous devez enjamber le rebord de votre bain pour prendre une douche, assurez-vous d'en avoir la capacité et de respecter les restrictions de mouvements qui vous seront enseignées.
- Évitez le jet d'eau directement sur la plaie, de trop la mouiller, de la frotter ou de la savonner. Aucune crème ni onguent ne doit être appliqué sur la plaie.
- Évitez que votre plaie soit en contact avec la salive ou le poil d'un animal.

PLANIFICATION DU RETOUR À LA MAISON

Prévoyez une personne pour vous accompagner



Cette personne **doit obligatoirement** se présenter avec vous le jour de la chirurgie et s'assurer que l'intervention n'est pas reportée avant de quitter.

Pour les chirurgies d'un jour, elle peut rester dans la salle d'attente ou quitter pendant la chirurgie. Elle devra être revenue au moment de votre congé.

Pour les chirurgies avec hospitalisation, elle aura le numéro de votre chambre seulement à la fin de la chirurgie. Lors de votre congé, un délai de 2 heures vous sera accordé pour libérer votre chambre. Bien sûr, votre départ sécuritaire demeure la priorité.

ATTENTION

Vous ne pourrez pas conduire pour retourner à la maison, ni prendre un taxi seul(e).



Prévoyez la présence d'un parent ou d'un ami à la maison

Par mesure de sécurité, vous devrez avoir de l'accompagnement pendant les premiers jours à la maison, car il se peut que vous ayez certaines restrictions.

Vous serez apte à marcher seul(e) avec l'aide de votre marchette, mais la personne qui vous accompagnera devra pouvoir vous superviser dans vos déplacements en cas de nécessité.

Vous pourriez avoir besoin d'aide pour préparer vos repas, faire le ménage, le lavage, etc.

Si vous avez un réseau social limité, et si vous devez aller en maison de convalescence, il est suggéré de commencer les démarches avant votre chirurgie.



Aménagez votre maison

Pour éviter les risques de chute, dégagez les espaces de circulation, rangez les petits tapis et carpettes, et procurez-vous un tapis de bain antidérapant.

Prévoyez aussi une table de chevet près de votre lit et de votre fauteuil afin d'y déposer ce dont vous aurez besoin.

Prévoyez une chambre au rez-de-chaussée si votre domicile le permet.



VIDÉO

**Préparation du domicile avant
la chirurgie de la hanche**

www.youtube.com/watch?v=e0_xIURUCW0



Au besoin, appelez votre CLSC

Vous pouvez communiquer avec le CLSC de votre région pour vous informer sur les services d'aide communautaire (Popote roulante, Réseau d'amis de Sherbrooke pour le transport, coop de services à domicile, convalescence, etc.).



Faites des provisions

Assurez-vous d'avoir suffisamment de nourriture à la maison. Pensez à préparer à l'avance des repas équilibrés à congeler ou achetez-en portions individuelles. Vous pourrez les réchauffer facilement. Assurez-vous de manger de façon équilibrée en suivant les recommandations du Guide alimentaire canadien et demeurez hydraté(e).

Rangez vos provisions de façon à éviter de vous pencher.

Ayez de la glace ou un paquet de petits pois congelés à portée de main afin d'aider à diminuer l'enflure et à contrôler la douleur.



Procurez-vous les formulaires dont vous aurez besoin

S'il y a lieu, nous vous indiquerons à qui les remettre lors de votre passage à l'hôpital ou à la clinique externe (assurance salaire, invalidité, emploi ou autres).

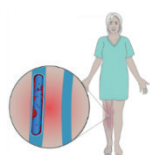
QUAND CONSULTER?

**SI APPARITION DE L'UN DES SYMPTÔMES SUIVANTS,
APPELÉZ INFO-SANTÉ (811) OU RENDEZ-VOUS À L'URGENCE**
(24 heures par jour, 7 jours par semaine)

SYMPTÔMES

PHLÉBITE
(caillots de sang dans
les jambes)

- Plus fréquemment au niveau du mollet
- Rougeur
- Chaleur
- Enflure
- Douleur



EMBOLIE PULMONAIRE
(caillots de sang dans
les poumons)

- Difficulté à respirer
- Douleur dans la poitrine en respirant
- Sang dans les crachats



INFECTION



Température au-dessus de 38 °C (100 °F) à deux reprises en moins de 12 heures.

**CHANGEMENT
DE LA PLAIE**
(Il est normal d'avoir
une diminution de la
sensibilité au pourtour
de la plaie pendant un
certain temps.)

- Gonflement
- Rougeur ou chaleur qui semble augmenter
- Écoulement de pus
- Écoulement de sang qui augmente ou qui reprend alors que la plaie ne coulait plus
- Odeur nauséabonde
- Ouverture de la plaie

QUAND CONSULTER?

SI APPARITION DE L'UN DES SYMPTÔMES SUIVANTS, APPELEZ INFO-SANTÉ (811)

(24 heures par jour, 7 jours par semaine)

SYMPTÔMES

DOULEUR IMPORTANTE
NON SOULAGÉE

Vous n'arrivez pas à soulager votre douleur malgré les recommandations.

NAUSÉES OU
VOMISSEMENTS
PERSISTANTS

Vous n'arrivez pas à vous alimenter ou à vous hydrater en raison des nausées et vomissements.

PROBLÈME
URINAIRE



- Vous ne pouvez pas uriner.
 - Vous ressentez une brûlure ou de la douleur lorsque vous urinez.
 - Vous urinez souvent de petites quantités.
-

LUXATION
(déplacement de
la prothèse)



- Vous ressentez une douleur aiguë et soudaine à la hanche ou à l'aîne.
 - La jambe est excessivement tournée vers l'intérieur ou l'extérieur et ne peut plus s'étendre.
 - La jambe est plus courte que l'autre.
 - Vous n'êtes plus capable de mettre du poids sur la jambe.
-

NOTES

4-6-12852 (FR) | 4-6-12853 (ANG)

Août 2026

© Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux
de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke, 2026

santeestrie.qc.ca

*Centre intégré
universitaire de santé
et de services sociaux
de l'Estrie – Centre
hospitalier universitaire
de Sherbrooke*

Québec

