

Prothèse de hanche et windsurf

Divers

Publié par: -JP-

Publié le : 02/06/2014 18:20:00

Pour commencer je vous explique mon cas !

- Profil :

Age 52 printemps

37 années de windsurf

Maîtrise le frontloop , air-jibe ,saut , surf + Slalom !!

Evolution de mon arthrose de hanche :

Débutée en 2007 suite à des douleurs au genou après chaque nav . Au final c'est

L'arthrose est bien là , sûrement les conséquences de mes 37 ans de windsurf et de mes petites folies

Evolution progressive jusqu'en 2013 avec petit à petit perte de mobilité ; avec pour conséquence
Ma vie quotidienne devient de plus en plus handicapante .

En Octobre 2013 je décide de consulter 2 chirurgiens (Le frère d'un pote et une connaissance d'un autre)

Les chirurgiens ne sont pas réfractaire à cette opération et me confirment que ça ne sert à rien

Il me propose une prothèse céramique/céramique totale large qui est le meilleur choix
Opération

mini invasive par

voie antérieure . Juste une petite cicatrice devant et risque de luxation moindre !

Voilà la bête :



Le 18 Décembre 2013 c'est le jour J , opération a 9h du matin sous anesthésie générale

1h30 plus tard salle de réveil et 13h retour en chambre (un peu dans le coltar)

La nuit passe un peu douloureuse , 5-6/10 je dirai ,mais bon c'est normal .

Le lendemain le kiné me fait lever pour m'asseoir sur un fauteuil (transfert).

J +2

lever et marche quelques pas dans le couloir (douleur 4/10)

J +3

marche un peu plus longue (douleur 3/10)

J +4

montée d'escalier le matin et retour a la maison l'aprem .

J +7

accéder a commence a se dérouiller je fait plusieurs petits parcours dans la journée avec béquille (dou

J + 11

marche plus longue dans la rue avec moins d'appuis sur les béquilles , voir a la maison quelques pas sans . (

J + 13

marche sans béquilles à la maison et presque plus d'appuis sur celles-ci en marche dehors sur de pet

A 3 semaines

reprise du vélo d'appart . Les muscles tirent un peu .

A 2 Mois

visite chez le chir pour contrôle , tout est nickel feu vers pour la pratique du vélo sur route et paddle. Tou



A 5 Mois

reprise du Windsurf en slalom (RS4 Exo et 7m²; Ram) ! Je fait gaffre de ne pas prendre de grosse gaufres , j'en



Je fait du vélo ou paddle tout les jours pour garder une bonne musculature !!!

Me voila tout neuf pour plusieurs annés ! Je revie et refait des trucs qui ne m'était plus possible !!!!

A

6 mois

, Vacances à Naxos et nav dans 35 nds (4,7m² et Manta 59) !



+
8

 - au fur et à mesure des Mois les petites douleurs musculaires du matin disparaissent !!! C'est que du b

.