

## **Prothèse de hanche et windsurf**

### **Divers**

PubliÃ© par: -JP-

PubliÃ© le : 02/06/2014 18:20:00

Pour commencer je vous explique mon cas !

### **- Profil :**

Age 52 printemps

37 ann&acute;es de windsurf

Maitrise le frontloop , air-jibe ,saut , surf ..... + Slalom !!

### **Evolution de mon arthrose de hanche :**

D&acute;tect&acute;e en 2007 suite &agrave; des douleurs au genou apr&egrave;s chaque nav . Au final c'&acute;

L'arthrose est bien l&agrave; , surement les cons&acute;quences de mes 37 ans de windsurf et de mes petites folies

Evolution progressive jusqu'en 2013 avec petit &agrave; petit perte de mobilit&acute; avec pour cons&acute;quence .  
Ma vie quotidienne devient de plus en plus handicapante .

&nbsp;

En Octobre 2013 je d&acute;cidé de consulter 2 chirurgiens ( Le fr&egrave;re d'un pote et une connaissance d'un autre )

Les chirurgiens ne sont pas r&acute;fractaire a cette op&acute;ration et me confirment que &ccedil;a ne sert &agrave; rien

Il me pr&acute;conise une proth&egrave;se c&acute;ramique/c&acute;ramique t&ecirc;te large qui est le meilleur choix

Op&acute;ration

mini invasive par&nbsp;

voie ant&acute;rieure . Juste une petit cicatrice devant et risque de luxation moindre !&nbsp;

&nbsp;

Voil&agrave; la b&ecirc;te :



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**

&ccedil;a commence a se dérouiller je fait plusieurs petits parcours dans la journée avec bequille ( dou

**J + 11**

marche plus longue dans la rue avec moins d'appuis sur les b'acutes;quilles , voir a la maison quelques pas sans . .

**J + 13**

marche sans b'acutes;quilles &grave; la maison et presque plus d'appuis sur celles-ci en marche dehors sur de petits pas;

**A 3 semaines**

reprise du v'acute;lo d'appart . Les muscles tirent un peu .

**A 2 Mois**

visite chez le chir pour contr&ocirc;le , tout est nickel feu vers pour la pratique du v'acute;lo sur route et paddle. Toujours pas de vélo

**A 5 Mois**

reprise du Windsurf en slalom ( RS4 Exo et 7m<sup>2</sup>; Ram ) ! Je fait gaffre de ne pas prendre de grosse gaufres , j'en prends toujours une



© WB22

Je fait du v&eacute;lo ou paddle tout les jours pour garder une bonne musculature !!!

Me voilà tout neuf pour plusieurs ann&eacute;es ! Je revie et refait des trucs qui ne m'&eacute;tait plus possible !!!!

A

**6 mois**

, Vacances &agrave; Naxos et nav dans 35 nds ( 4,7m<sup>2</sup> et Manta 59 ) !



+

**8**

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