

# Höftledsplastik

Den primära operationsmetoden är total höftledsplastik.

- Kvinnor över 55 år och män över 60 år opereras oftast med cementerad totalprotes där både cup och stam cementeras fast i skelettet.
- Kvinnor under 55 år och män under 60 år opereras vanligtvis med ocementerad teknik där protesens metall läker in i skelettet, detta har en längre hållbarhet men kräver en god benkvalitet för att inte orsaka problem under operationen.

Postoperativ rehabilitering påbörjas omedelbart. Patienten kan oftast komma upp i stående och börja gå samma dag som operationen. Vårdtiden beräknas till 1–2 dygn.

Livsstilsförändringar kan bli nödvändiga för vissa patienter efter proteskirurgi.

Många patienter upplever en förbättrad rörlighet efter operationen, men operationens huvudsyfte är att få bort smärta.

Avråd från utförsåkning, tung styrketräning, orientering och liknande aktiviteter som ger

tung stötvis belastning då detta ökar risken för lossning, luxation och fraktur.

Vardagliga aktiviteter som bilkörning, trädgårdsarbete och fritidsaktiviteter som exempelvis, cykling, golf, simning, promenader, försiktig längdskidåkning kan man fortsätta med.

---

## Mer information

Detta är en fördjupningssida till [Höftledsartros](#).

---

**Uppdaterad:** 2020-09-30

Åsa Pettersson, Bra Liv Hälsan 2 vårdcentral, Vårdcentralerna Bra Liv  
[fakta@rjl.se](mailto:fakta@rjl.se)