Le parcours banal d'André, porteur d'une prothèse de hanche

Chaque année, des milliers de personnes se font poser une prothèse de hanche afin de remplacer une articulation endommagée par l'arthrose. Même si le chemin parcouru apparaît à chacun comme une aventure, l'opération et ses suites se déroulent heureusement sans anicroche pour l'immense majorité des patients. Nous allons voir les grandes lignes de ce qu'ont vécu des milliers de porteur de prothèse de hanche, au travers de l'histoire représentative d'André, agriculteur dont les hanches ont été mises à mal par son rude labeur. Toute ressemblance avec la réalité ne sera pas tout à fait fortuite ! Moteur on tourne !

L'histoire de note homme commence par des douleurs de hanche, il y a dix ans de cela. Il les perçoit d'abord comme une simple gêne lors d'effort, mais elles deviennent progressivement plus tenaces et handicapantes. Dur au mal et peu enclin à consulter son docteur, André se résout à consulter lorsque les douleurs le ralentissent dans l'exécution de ses tâches quotidiennes.

Son généraliste diagnostique une arthrose modérée de la hanche gauche. Il le réfère à un collègue orthopédiste afin d'évaluer s'il existe une indication opératoire. Celui-ci se montre alors réservé sur l'opportunité d'une intervention chirurgicale. Il lui explique que la seule alternative consiste à remplacer par une prothèse l'articulation détruite par l'arthrose. Ceci permettrait de soulager les douleurs et de retrouver une fonction de la hanche suffisamment bonne pour mener à bien les activités de la vie quotidienne. Cependant, la durée de vie d'une prothèse étant limitée à 10 –20 ans, il estime plus raisonnable de repousser l'opération dans la mesure du possible chez un patient alors âgé de 55 ans. Il convient avec André de se revoir périodiquement afin de suivre l'évolution de son arthrose.

Durant les cinq années qui suivent, André prend quelques mesures afin de ralentir la progression inéluctable de sa maladie. Il s'organise afin d'éviter les travaux trop lourds, se rend aux bains thermaux aussi souvent que possible et prend des anti-inflammatoires selon ses besoins. Il suit périodiquement des séances de physiothérapie, principalement sous forme de mobilisations en douceur, de massages, d'étirements musculaires et de tractions douces. Cette prise en charge l'aide à maintenir l'état de sa musculature, à conserver une mobilité acceptable de sa hanche et à soulager les douleurs, autant de facteurs qui visent à l'amener dans les meilleures conditions possibles vers l'opération.

A l'orée de la soixantaine, les douleurs se font cependant plus handicapantes et commencent à perturber son sommeil. André se résout donc à subir une intervention chirurgicale, cette fois avec l'approbation de son médecin orthopédiste. Celui-ci lui présente les étapes principales de la pose d'une prothèse totale de hanche. Il s'agit, en quelques mots, de pratiquer une incision sur le côté de la hanche afin d'atteindre l'articulation, d'enlever la tête du fémur afin de la remplacer par une prothèse métallique, et de fraiser l'acetabulum (la partie du bassin qui s'articule avec le fémur) pour y placer une pièce en céramique dans laquelle vient se loger la prothèse fémorale. Le cal qui se formera progressivement autour de l'implant fixera la prothèse à l'os environnant. L'utilisation d'un ciment aurait certes permis d'appuyer dès le lendemain le poids du corps sur le membre opéré, mais aurait rendu un éventuel changement de prothèse plus difficile, ce qui n'est pas souhaitable chez un patient relativement jeune comme l'est André.

Bon gré, mal gré, notre homme subit donc son intervention qui se déroule dans les meilleures conditions. Certes, les douleurs postopératoires sont désagréables durant les premiers jours,

mais elles diminuent rapidement et la rééducation suit son cours normalement. Son physiothérapeute lui enseigne les précautions indispensables pour éviter la luxation, principal risque relatif à la prothèse de hanche (1 à 2 % des patients). Il lui apprend également des exercices afin d'accélérer la circulation des jambes, ce qui constitue une bonne prévention des thromboses, en association avec des médicaments anticoagulants. Viennent ensuite quelques exercices de renforcement des fessiers et du quadriceps, puis, à sa grande surprise, André peut déjà s'asseoir un moment au fauteuil avec l'aide de son thérapeute.

Dans les jours suivants, André commence la rééducation à la marche avec des cannes. Les premiers pas sont un peu chancelants, mais il comprend vite comment procéder pour ne poser que 20kg sur le membre opéré. L'intensité des exercices de renforcement et de mobilisation augmente progressivement, tant et si bien que notre héros se trouve fin prêt pour retourner chez lui en une petite dizaine de jours. Mis au fait des risques de luxation, il reste attentif aux conseils prodigués par son physiothérapeute, soit principalement de ne pas croiser les jambes et de ne jamais tourner le genou en dedans avec la hanche fléchie.

Un petit décalage dans le temps nous permet de retrouver André six mois plus tard. Le voici qui charge énergiquement quatre boilles de lait à l'arrière de son break « Volvo », puis s'arrête pour contempler le chargement avec une certaine satisfaction. « Quel bien ça fait de ne plus avoir mal ! » se dit-il. Certes accepter de se laisser poser une prothèse de hanche n'avait pas été une décision facile à prendre, mais force est de reconnaître que l'alternative choisie était la bonne. Il peut à nouveau vaquer à ses occupations journalières sans souffrance ! Il doit certes réfréner quelque peu sa tendance au stakhanovisme, afin de préserver sa prothèse. Cependant, tout bien pensé, il commence à se dire qu'à son âge, un allégement de sa charge de travail n'est la plus désagréable des prescriptions médicales qu'il ait reçues !

Claude Pichonnaz

Physiothérapeute-enseignant

P.S. : illustrations sur Internet aux adresses suivantes :

http://ozarkortho.com/patiented/totaljr.htm
http://www.medmedia.com/05/4971.htm