

1.19-FB1-4 Nachbehandlung ACT (Femurkondylen / Tibiaplateau)

Belastbarkeit	6 Wochen 20 kg Teilbelastung, danach Belastungssteigerung um 30 kg alle 2 Wochen
Bewegungslimitierung ROM-Schiene	Bis zum 11.Tag post OP Einstellung der Rom-Schiene limitiert auf Ext/Flex (0/0/70) Nach Fäden ex freie Beweglichkeit ohne Rom-Schiene erlaubt
Bewegungsausmaß	nach Maßgabe der Beschwerden frei Ziel volle Streckung und optimale Beugung bis zum Abschluss der Wundheilung
Physiotherapie	2 –3 x wöchentlich; Patellamobilisation; Ggf. wenn Vollbelastung erlaubt zusätzlich Muskelaufbautraining (KG-Geräte)
Bewegungsschiene	Ab dem 2. post OP Tag Bewegungsschiene, langsame Steigerung bis 3x täglich 1 Stunde für 6 Wochen
Sportliche Aktivitäten	Nach Absprache mit dem Arzt sind 3 Monate post OP. Aktivitäten mit geringer axialer Gelenkbelastung wie Radfahren, Schwimmen, Walking erlaubt. Von Aktivitäten mit abrupten Richtungswechseln, Sprungbelastungen, Laufsportarten und Kampfsportarten ist im ersten Jahr dringend abzuraten.

erstellt von: Dr. Jürgen Fritz am: 07.10.2014	geprüft und freigegeben von: Dr. Jürgen Fritz am: 07.10.2014	Revisionsstatus: 1.0
--	---	----------------------