



- Gelenkchirurgie, ambulante und stationäre Operationen
- Kinderorthopädische Sprechstunde
- Osteologie (DVO)
- Akupunktur, Sportmedizin, Chirotherapie

Graf-Adolf-Straße 18
40212 Düsseldorf

Fon 0211 - 37 88 66
0211 - 39 40 14
Fax 0211 - 48 14 86

www.orthopädie-fachärzte.de

Nachbehandlungsschema Kreuzbandersatzplastik Kniegelenk

- Tragen der angelegten Knieorthese (Mecron-Schiene) bis zum 2.-3. postoperativen Tag (je nach Schwellneigung des Kniegelenkes)
- dann Tragen der angepassten Hartrahmenknieorthese im eingestellten Bewegungsausmaß von 0/0/90 ° Grad für 6 Wochen postoperativ
- Gehen an Unterarmgehstützen mit Teilbelastung von 20 KG für 4 Wochen postoperativ, bis zum Erreichen der Alltagsmobilität (mind. 4 Wochen) sollte eine Thromboseprophylaxe mit Heparin Injektionen 1x tägl. und Tragen der Thrombosestrümpfe durchgeführt werden.
- Eisbehandlung mit Kühlpacks zur Schmerzlinderung und Abschwellung
- Entfernen des Nahtmaterials nach 12-14 Tagen postoperativ
- Krankengymnastik ab der 2. postoperativen Woche im eingestellten Bewegungsausmaß der angepassten Orthese erlaubt
- Ab der 4. postoperativen Woche Freistellen des Bewegungsausmaßes der Orthese und Belastungsaufbau mit Abtrainieren der Gehstützen und Weiterführen der krankengymnastischen Übungstherapie
- Tragen der Orthese im freien Bewegungsausmaß für weitere 3-4 Wochen angeraten
- Sportfähigkeit besteht in der Regel nach 12 Wochen postoperativ, für Ballsportarten und Stop & Go-Sportarten nach frühestens 9 Monaten postoperativ. Hierbei sollte auf die langsame Steigerung der sportlichen Aktivität geachtet werden!

Wir wünschen Ihnen gute Besserung

Ihr Praxisteam