

NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Arthroskopie Knie mit Meniskusnaht

Präoperativ	<ul style="list-style-type: none"> • Thrombose-Prophylaxe 6 Wochen
Operationstag	<ul style="list-style-type: none"> • Hochlagern, kühlen • Die erste Mobilisation an Stöcken mit Hilfe des Pflegepersonals • Bein ohne Schaumstoffschiene gestreckt lagern • Teilbelastung von 15 kg
Ab 1. postoperativem Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Verbandswechsel durch das Pflegepersonal • Entfernung der Redon-Drainage am Morgen • Wenn nötig hochlagern, kühlen <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Teilbelastung von 15 kg • Gangschule, Treppensteigen • Instruktion Quadrizepstraining • Keine Flexion über 60° • Kinetec: bis 60° Flexion
Procedere nach Austritt	<ul style="list-style-type: none"> • Teilbelastung von 15 kg an Stöcken für 6 Wochen • Autofahren, wenn Gehen stockfrei möglich (nach 6 Wochen) • Schwimmen (nur Crawl) und Velo fahren nach 6 Wochen, alle Sportarten nach 3 – 6 Monaten <p>Bewegungsumfang / Limite: (ohne Belastung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bis 60° Flexion 2 Wochen • Bis 90° Flexion für weitere 4 Wochen • Danach Flexion frei <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschwellende Massnahmen • Verbesserung der Gelenkfunktion • Verbesserung der Muskelfunktion • Propriozeption / Koordination / Gangschule • Alternierendes Treppensteigen nach 6 Wochen
Nachkontrollen	<ul style="list-style-type: none"> • Fadenentfernung ca. 14 Tage postoperativ • 6 Wochen postoperativ • 3 Monate postoperativ