



Nach ihrer Operation würden wir Ihnen gerne einige Informationen und Empfehlungen geben um die bestmögliche Heilung und damit bestmöglichen Erfolg der Operation zu erreichen.

Schwellung und Schmerzen: Um eine Schwellung im OP-Gebiet zu minimieren sollten sie den Fuß so oft es geht hochlegen. Kühlen reduziert Schwellung und Schmerzen in den ersten Tagen.

Die **Lagerung des Fußes** in dem Fußteilentlastungsschuh dient der Ruhigstellung und damit der Heilung von Knochen und Weichteilgewebe.

Zeit nach OP	Bewegungsausmaß	Belastung / Hilfsmittel	Therapieaufbau
<p>1. - 6. Woche</p>	<p>Keine Bewegung im Großzehengrundgelenk für 8 Wochen</p> <p>Bewegung im OSG frei</p>	<p>Fußteilentlastungsschuh (z.B. Darco Dual Relief mit Wabensohle)</p> <p>für 6 Wochen</p> <p>Vollbelastung im Schuh</p>	<p>Kühlen (Eisanwendung) 2-3 mal täglich für max. 10 min. für 7 Tage</p> <p>Anspannungsübungen und Hochlagerung</p> <p>Mobilisation Stand und Gangschule bei Bedarf mit Gehhilfe</p> <p>Redressionstaping bis zur 8. Woche empfohlen</p> <p>(ggf. Anleitung zur eigenen Anbringung)</p>
<p>Bis 6. Monat: Nachtlagerungsschiene</p>			

Bei unserem Nachbehandlungskonzept soll eine zeitliche Orientierung und Einstufung darstellen. Die Zeitspannen können je nach individuellem Verlauf etwas abweichen. Sprechen Sie mit dem behandelnden Arzt, falls Unklarheiten bestehen.