



Nach ihrer Operation würden wir Ihnen gerne einige Information und Empfehlungen geben um die bestmögliche Heilung zu erreichen.

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

Am 1. Tag nach der Operation sollte eine ärztliche Wundkontrolle erfolgen. Dies kann gerne beim niedergelassenen Arzt erfolgen

Zeit nach OP	Bewegungsausmaß	Belastung / Hilfsmittel	Therapieaufbau
<b>1. + 2. Woche</b>	<b>Frei</b>	Schonung bis zur gesicherten Wundheilung. <b>Ggf. Teilbelastung an UAGS</b>  Fadenzug der Hautfäden nach 14 Tagen	Kühlen (Eisanwendung) 2-3 mal täglich für max. 10 min. für 7 Tage Anspannungsübungen und Hochlagerung  Mobilisation Stand und Gangschule ggf. mit Gehhilfe
<b>Ab 3. Woche</b>	frei	<b>Normale Belastung</b>  <b>Keine Maximal/ Sprungbelastung für 6 Wochen</b>	assistive und aktive Bewegungsübungen Koordinations – und Stabilisationsübungen Kräftigung der Muskulatur

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.