Nachbehandlungsschema

Patellarsehnenruptur, Patellafraktur, Quadricepssehnenruptur

Marienhospital Stuttgart

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

Zeit nach OP	Bewegungsausmaß	Belastung / Hilfsmittel	Therapieaufbau
1. - 2. Tag	Ext/Flex 0-0-0° d. h.: volle Streckung und keine Beugung im Kniegelenk **Achtung:** bei Quadrizepssehnenrekonstruktion: aktive Streckhebung des betroffenen Beines aus Rückenlage ist nicht erlaubt	**Für 6 Wochen immobiliserende Schiene (z.B. Mecron oder ROM Schiene auf 0°)** **Vollbelastung (schmerz-abhängige), Gehstöcke zur Unterstützung**	Kühlen (Eisanwendung) 2-3 mal täglich für max. 10 min. für 7 Tage Hochlagerung Mobilisation Stand und Gangschule mit Gehhilfe evtl. Lymphdrainage
3. Tag – 2. Woche	Ext/Flex 0-0-30° d. h.: volle Streckung und max. 30° Beugung (ohne Schmerzen) passiv erlaubt		
3. - 4. Woche	Ext/Flex 0-0-60° passiv erlaubt		
5. - 6. Woche	Ext/Flex 0-0-90° passiv erlaubt		
7. - 8. Woche	Ext/Flex 0-0-30° aktiv erlaubt	ROM-Schiene an Bewegungsausmaß anpassen	aktiv- assistive Bewegungsübungen
9.-10. Woche	Ext/Flex 0- 0-60° aktiv erlaubt		
11. Woche	Ext/Flex 0-0-90° aktiv erlaubt		
ab 12. Woche	freies Bewegungsausmaß		Koordinations – und Stabilisationsübungen Kräftigung der Muskulatur ggf. Entfernung der McLaughlin-Schlinge nach 3 Monaten

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.

Klinik für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sporttraumatologie
Böheimstr 37, 70199 Stuttgart
Ärztlicher Direktor: Prof. Dr. med. Ulrich Liener Leitung Physiotherapie: Corinna Körbler, MSc
© Marienhospital Stuttgart, Stand 2025 / Vers. 2.0/Bauch