



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 das Bein so oft es geht hochlegen in den ersten Tagen. Kühlen reduziert Schwellung und Schmerzen in den ersten Tagen.

Die **Lagerung des Knies** in der Orthese dient der limitierten Ruhigstellung und damit Heilung des Knochens.

Zeit nach OP	Bewegungsausmaß	Belastung / Hilfsmittel	Therapieaufbau
1. - 7. Woche	Frei ☐ bei schwerer Trümmerfraktur max. 90° Flexion	Ggf. Mecronschiene/Gipsschiene bis abgeschlossene Wundheilung Teilbelastung 20kg an UAGS CPM Bewegungsschiene für 6 Wochen	Kühlen (Eisanwendung) 2-3 mal täglich für max. 10 min. für 7 Tage Anspannungsübungen und Hochlagerung Mobilisation Stand und Gangschule mit Gehhilfe, Sturzprophylaxe assistive Bewegungsübungen
Ab 8. Woche		Übergang zur Vollbelastung	Koordinations – und Stabilisationsübungen Kräftigung der Muskulatur Üben gegen Widerstand Fahrradergometer erlaubt, Schwimmen und Bewegungstraining erlaubt

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.