

# Nachbehandlungsplan

- Hohe Tibia Osteotomie (HTO)
- Supracondyläre Femur Osteotomie (SCO)



**Knie & Sport** Praxis  
Dr. Hagemann & Kollegen

E-Mail: [praxis@knieundsport.de](mailto:praxis@knieundsport.de)  
[www.knieundsport.de](http://www.knieundsport.de)

Zeit postop	Gehen	Physiotherapie	Sonstiges
<b>OP-Tag</b>	Bettruhe	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Hochlagern auf Schiene oder Kissen</li> <li>· Ggf. Kryotheapie</li> </ul>	Analgesie
<b>1. Tag - 4. Woche</b>	20 kg Teilbelastung an Unterarmgehstützen (UAG)	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Passive Bewegungsübungen</li> <li>· Freies Bewegungsausmaß schmerzadaptiert</li> <li>· keine aktive Beugung und Streckung gegen Widerstand</li> <li>· Manuelle Lymphdrainage</li> <li>· Kryotheapie</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Täglich Thromboseprophylaxe mit Heparinspritze (oder OAK / NOAK)</li> <li>· Analgesie</li> <li>· Ggf. CPM-Motorschiene</li> <li>· Verbandswechsel ca. alle 2 Tage</li> <li>· Fäden ziehen (zwischen 12. - 14. Tag)</li> </ul>
<b>5. -6. Woche</b>	Belastungsaufbau auf halbes Körpergewicht schmerzadaptiert an UAG	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Freies Bewegungsausmaß</li> <li>· Quadrizepstraining gegen Schwerkraft</li> <li>· Ggf. Lymphdrainage</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Röntgen-Kontrolle beim Operateur nach 6 Wochen postoperativ</li> <li>· Täglich Thromboseprophylaxe mit Heparinspritze (oder OAK / NOAK)</li> <li>· Thromboseprophylaxe beenden ab Belastung mit halbem Körpergewicht</li> <li>· Analgesie</li> </ul>
<b>Ab 7. Woche</b>	Übergang zur Vollbelastung schmerzadaptiert	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Quadrizepstraining auch gegen Widerstand im geschlossenen System</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Röntgen-Kontrolle beim Operateur nach 12 Wochen postoperativ</li> </ul>
<b>Ab 9. Monat - 12. Monat</b>			<ul style="list-style-type: none"> <li>· Röntgenkontrolle beim Operateur</li> <li>· Planung Metallentfernung 12-18 Monate postoperativ</li> </ul>