

Nachbehandlungsplan

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



Knie & Sport Praxis
Dr. Hagemann & Kollegen

E-Mail: praxis@knieundsport.de
www.knieundsport.de

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