



- Gelenkchirurgie, ambulante Operationen
- Osteologie (DVO) Akupunktur, Sportmedizin

Graf-Adolf-Straße 18 · 40212 Düsseldorf

Fon: 0211. 37 88 66 u. 0211. 39 40 14

Fax: 0211. 48 14 86

Mail: Anmeldung@orthopaedie-fachaerzte.de

www.orthopaedie-fachaerzte.de

Nachbehandlungsschema Healing Response

Bis 3. Post OP Tag

Aktive Fußbewegungen, Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung, Hochlagern

Sanfte Kälteanwendung/ Kälteapplikationen, Lagerung mit Mecronschiene

Aufstehen (steife/starre Knieschiene), volle Entlastung/ Sohlenkontakt

1 bis 2. Woche

Fadenzug zwischen dem 10. und 14. Tag.

Wechseln auf bewegliche Hartrahmenknieorthese 0-0-30°, alle Übungen mit Schiene,

PNF über die gesunde Seite/ Arme, Training der Ab-/Adduktoren in Seitlage

Treppauf gesunde Bein voran, Treppab, operiertes Bein voran.

Ab 3. Woche

Ex/Flex 0-0-60°

Woche 3 bis 6

Sohlenkontakt - 20kg pro Woche steigern

Ab 5. Woche

Ex/Flex 0-0-90°

Übergang zur Vollbelastung

Ab 6. Woche

Schmerzorientierte freie Beweglichkeit, Fahrradergometrie, Auquajogging

Ihr Praxisteam wünscht gute Besserung!