

Nachbehandlungsschema Sprunggelenksfraktur (operativ) HUC-75-AH-12

Mitgeltendes Dokument

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Sprunggelenksfraktur (operativ)

Zeit post OP	Mobilisierung	Belastung/ROM	Bewegungsübungen	Physikalische Therapie	Trainingstherapie
1.-2. Tag postoperativ	15 kg Teilbelastung (bei Stellschraube) mit Orthese an Unterarmgehstützen (Orthese nur zur Mobilisation tragen) Gips: 24h/d + Gehsohle	Dorsalextension und Plantarflexion ohne Einschränkung erlaubt, keine Supination und Pronation (Cave: Dorsalextension bei Stellschraube eingeschränkt)	Bewegungsübungen für die angrenzenden Gelenke	Lymphdrainage, Hochlagerung, Kryotherapie	Isometrie, Gangschule
3. – 7. Tag postoperativ	15 kg Teilbelastung (bei Stellschraube) mit Orthese an Unterarmgehstützen (Orthese nur zur Mobilisation tragen) Gips: 24h/d + Gehsohle	Dorsalextension und Plantarflexion ohne Einschränkung erlaubt, keine Supination und Pronation (Cave: Dorsalextension bei Stellschraube eingeschränkt)	aktiv assistive und zunehmend aktive Bewegungsübungen für das obere Sprunggelenk	Lymphdrainage, Hochlagerung, Kryotherapie	Isometrie, Gangschule
ab der 2. Woche postoperativ	15 kg Teilbelastung (bei Stellschraube) mit Orthese an Unterarmgehstützen (Orthese nur zur Mobilisation tragen) Gips: 24h/d + Gehsohle	Dorsalextension und Plantarflexion ohne Einschränkung erlaubt, keine Supination und Pronation (Cave: Dorsalextension bei Stellschraube eingeschränkt)	aktiv assistive und zunehmend aktive Bewegungsübungen für das obere Sprunggelenk	ggf. Lymphdrainage, Narbenbehandlung nach Fadenzug	Koordinations- und Stabilisationsübungen mit Orthese erlaubt Sturzprävention; Muskelaufbau- und Ausdauertraining
ab der 7. Woche postoperativ	keine Hilfsmittel mehr, nach ambulanter Entfernung der Stellschraube zügiger Belastungsaufbau	Pronation und Supination ohne Einschränkungen erlaubt	zunehmend aktive Bewegungsübungen für das untere Sprunggelenk		Autofahren in Abhängigkeit von der Funktion erlaubt Gerätetraining, erweiterte Gangschulung (unebenes Gelände)

Bei Terminwunsch zur Patientenvorstellung Tel.: 05151-97-2221 (Sekretariat Prof. Dr. Stefan Hankemeier)