

**Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie**

Chefarzt Prof. Dr. Stefan Hankemeier

## Nachbehandlungsschema Umstellungsosteotomie Knie

Zeit postop	Fixation	Bewegung, Belastung	Bewegungsübungen	physikalische Therapie	Trainingstherapie
<b>1. Tag - Entlassung</b>	Elastische Wicklung	0°/0°/90°, Mobilisierung an UA-Stützen unter Teilbelastung 15 Kg.  Sonst Bein hoch lagern, Vermeiden langen Sitzens!	Aktive Bewegungsübungen, achsengeführt. Vermeiden seitlicher Widerstände.	Kältetherapie, ggf. Lymphdrainage	Gehschulung, Isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, Zehenbewegung
<b>Entlassung - 6 Wochen postoperativ</b>	Bei starker Schwellneigung elastische Wicklung oder Strumpf	Freie Bewegung, Mobilisierung an UA-Stützen unter Teilbelastung. Zwischen 4. und 6. Woche kann die Belastung nach Schmerz und Körpergefühl gesteigert werden	Aktive Bewegungsübungen, Vermeiden seitlicher Widerstände	Ggf. Kältetherapie/ Lymphdrainage weiter, medikamentöse Thromboseprophylaxe	Gehschulung, Isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, Zehenbewegung
<b>ab 7. Woche</b>	keine	Vollbelastung	Aktive Bewegungsübungen	Ggf. Lymphdrainage	Gehschulung, Krafttraining, ggf. an Geräten, Koordinations- und Reflexschulung

- Metallentfernung im Allgemeinen nicht erforderlich
  - Beinlängenausgleich im Allgemeinen nicht erforderlich
  - Der volle Effekt einer Korrekturoperation tritt in der Regel erst 3 bis 5 Monate postoperativ ein
- Nach Aufnahme der Belastung können übergangsweise Schmerzen in Hüfte und Sprunggelenk auftreten