

NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Arthroskopie Knie mit Meniskusnaht

Präoperativ	<ul style="list-style-type: none"> • Thrombose-Prophylaxe 6 Wochen
Operationstag	<ul style="list-style-type: none"> • Hochlagern, Bettende hochstellen • Bein gestreckt lagern, keine Schaumstoffschiene • Röntgen Knie ap und seitlich
Ab 1. postoperativem Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Verbandswechsel durch Pflegende • Redon entfernen • Kühlen <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Teilbelastung 15 kg • Gangschulung, Treppensteigen • Instruktion Quadrizepstraining und aktive Flexion • Kinetec bis 60°
Procedere nach Austritt	<ul style="list-style-type: none"> • 6 Wochen kontrollierte Teilbelastung 15 kg an Stöcken • Autofahren nach 6 Wochen • Ab 7. Woche Schwimmen (Crawl) und Velo fahren, nach 3 - 6 Monaten alle Sportarten <p>Bewegungsumfang (ohne Belastung)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Bis 60° 2 Wochen • Bis 90° für weitere 4 Wochen • Danach frei <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Abschwellige Massnahmen • Beweglichkeit verbessern • Kraftaufbau • Koordination und Gangschulung • Alternierendes Treppensteigen nach 6 Wochen
Nachkontrollen	<ul style="list-style-type: none"> • 12. postoperativer Tag für Fadenentfernung • 6. und 12. Woche postoperativ