

Nachbehandlungsschema nach Patellaluxation und arthroskopischer Retinakulumraffnaht in der Technik nach Yamamoto (+/- laterales Release)

- | | |
|-------------|---|
| Woche 1 - 2 | <ul style="list-style-type: none">• Mecronschiene, Teilbelastung 20 kg, passive KG und Motorschiene 0/0/30 |
| Woche 3 - 4 | <ul style="list-style-type: none">• Mecronschiene, Aufbelastung bis zur Schmerzgrenze, passive KG und Motorschiene 0/0/60 |
| Woche 5 - 6 | <ul style="list-style-type: none">• Mecronschiene, Vollbelastung, passive KG und Motorschiene 0/0/90 |
| Ab Woche 7 | <ul style="list-style-type: none">• Schiene abnehmen, aktive Bewegungen, Bewegungsbad, Aquajogging |
| Ab Woche 9 | <ul style="list-style-type: none">• Auftrainieren des M. vastus medialis. |

Begleitend schmerzlindernde und abschwellende Maßnahmen, Thromboseprophylaxe während der Teilbelastung bis 20 kg.