



SOZIALSTIFTUNG BAMBERG

*Wenn Sie uns brauchen.*

Klinikum Bamberg

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Buger Straße 80 • 96049 Bamberg

Tel 0951/503-12201 • Fax 0951/503-12229

e-mail: chirurgie2@sozialstiftung-bamberg.de

## Nachbehandlungsschema 3-Fach Beckenosteotomie

Sehr geehrte(r) Patient(in),

bei Ihnen ist zur Behandlung Ihrer Hüfterkrankung eine 3-fache Beckenosteotomie geplant bzw. schon erfolgt. Um ein gutes Operationsergebnis zu erreichen und zur Vermeidung von Komplikationen ist eine sorgfältige Nachbehandlung notwendig.

Nach der Operation bekommen Sie in den ersten Tagen kontinuierlich Schmerzmittel, so dass Ihre Beschwerden gering sein werden.

Circa vier Monate lang bekommen Sie Medikamente, die das Risiko, eine Thrombose zu erleiden, wesentlich verringern. In der Regel sind das Heparin-Spritzen. Das tägliche Injizieren der Heparin-Dosis sollten Sie im Krankenhaus erlernen, um es zu Hause selbst weiterführen zu können.

Die Heparin-Spritzen für die häusliche Gabe verordnet Ihnen Ihr Hausarzt, der auch die entsprechenden Blutuntersuchungen durchführt.

**Eine durchgehende, tägliche Gabe der Heparin-Spritze, von der Operation bis zur Vollbelastung des operierenden Beines, muss gewährleistet sein.**

Das Thromboserisiko können Sie weiter verringern, in dem Sie sich im Rahmen des Möglichen bewegen. In der Zeit, in der Sie vorwiegend liegen, sollten Sie besonders Ihre Füße bewegen.

Das heißt, die Füße ausstrecken und die Zehen wieder „zur Nase“ ziehen.

Am zweiten oder dritten Tag nach der Operation werden die Kunststoffschläuche (Redondrainagen) aus dem Wundgebiet entfernt. Ab dem 4.-5. Tag nach der Operation beginnen Sie mit Hilfe der Krankengymnastik aufzustehen und mit zwei Unterarmgehstützen zu laufen.

**Das operierte Bein dürfen Sie auf keinen Fall bis zur stabilen Ausheilung der Knochenschnitte (Osteotomien), meist dauert das etwa drei Monate, belasten.**

Am 14. Tag nach der Operation werden die Fäden entfernt und Sie können dann bald nach Hause entlassen werden.

Sie sind nun schmerzarm und haben erlernt, mit zwei Unterarmgehstützen sicher zu gehen und Treppen zu steigen.

**Die im Krankenhaus erlernte Übungsbehandlung müssen Sie zu Hause weiterführen.**

Das Hüftgelenk dürfen Sie bis ca. 70 Grad beugen bei freier Streckung. Eine spezielle Krankengymnastik sollte in den ersten 12 Wochen nach der Operation nicht durchgeführt werden.

**Sehr wichtig ist von Anfang an das Training der Muskulatur, die das Becken beim Gehen im Gleichgewicht hält und so das Hinken verhindert.**

Die Muskeln, die das Becken im Gleichgewicht halten, drehen auch das Bein nach innen. So sollen Sie ab dem zweiten oder dritten Tag versuchen, das operierte Bein nach innen und außen zu drehen. Das heißt, Sie sollen das operierte Bein im Hüftgelenk und nicht in den Fußgelenken so drehen, dass die Zehenspitzen des operierten Beines zum anderen Bein hin zeigen.

Sie können auch das operierte Bein in geringem Maße (ca. 20 Grad) ab- und anspreizen. Aussendrehbewegungen im Hüftgelenk sollten vermieden werden.

**Sitzen** dürfen Sie nur mit einer Beugung des Hüftgelenkes von max. 70 Grad.

**Sie können zu Hause mit zwei Unterarmgehstützen umhergehen.**

**Eine Belastung des operierten Beines darf auf keinen Fall erfolgen.**

6 Wochen nach der Operation bitten wir Sie, sich in unserer Sprechstunde wiedervorzustellen. Hier wird von **uns** eine Röntgenkontrolle durchgeführt.

Wenn die Röntgenaufnahme zeigt, dass die Knochenheilung normal eingesetzt hat, können Sie jetzt die Übungsbehandlung intensivieren. Auf der gesunden Seite liegend sollen Sie nun versuchen, das operierte Bein anzuheben. Sie können dies anfänglich durch Beugen des Knies erleichtern. Mit der Zeit sollten Sie das Bein gestreckt anheben und zwei bis drei Minuten halten können. **Je mehr Sie die Hüftmuskeln trainieren, desto besser werden Sie gehen können.**

Ab der siebten Woche können Sie aufrecht sitzen, d.h. Sie dürfen das operierte Hüftgelenk bis max. 90 Grad beugen, wenn Sie von uns, nach Auswertung des Röntgenbildes das o.k. hierzu bekommen.

**Sämtliche eigenaktive Krankengymnastik der ersten zwölf Wochen nach der Operation dient nur der Kräftigung der Muskulatur und der besseren Durchblutung des Beines. Es darf keine Übungsbehandlung zur Steigerung der Beweglichkeit im Hüftgelenk erfolgen. Es besteht sonst das Risiko, dass die Osteotomien nicht knöchern verheilen.**

12 Wochen nach der Operation stellen Sie sich bitte erneut in unserer Sprechstunde vor. Die Röntgenkontrolle erfolgt bei uns im Rahmen dieser ambulanten Vorstellung. In den meisten Fällen sind die Osteotomien jetzt knöchern so fest verheilt, dass Sie zunehmend voll belasten können und die Unterarmgehstützen langsam weglassen können (in 4-6 Wochen zur Vollbelastung).

Meist 9-12 Monate nach der Operation kann das Metall entfernt werden. Sechs Wochen vorher stellen Sie sich bitte in unserer Sprechstunde vor, um den Termin zur Metallentfernung zu planen.

**Bitte bedenken Sie, dass dieser Plan der allgemeinen Orientierung dient.**

**Spezielle Gesichtspunkte Ihrer persönlichen Erkrankung oder Besonderheiten während der Ausheilungszeit können eine Abänderung Ihres Behandlungsplanes notwendig machen.**

**Bitte fragen Sie uns, falls noch Unklarheiten bestehen!**

Dr. med. J. Harrer  
Leiter der Sektionen  
Gelenkerhalt und -rekonstruktion  
Korrektur-Osteotomie Endprothetik

Stand 04/2016