



## Nachbehandlungsschema nach Trochleoplastik

- |                |  |
|----------------|--|
| Woche 1        | <ul style="list-style-type: none"><li>• Orthese (z.B. medi M4s, (fixiert in 20° Beugung!), Teilbelastung 20 kg, passive KG, Motorschiene 0/20/60 ab 4. postop. Tag Stationär ca. 7 Tage, Rezept CPM zuhause, bei Entlassung Termin in 5 Wochen in GRCH SS</li></ul>  |
| Woche 2 - 6    | <ul style="list-style-type: none"><li>• Bewegungsorthese (z.B. M4s der Firma medi) 0-20-60, Aufbelastung bis zur Schmerzgrenze, passive KG und Motorschiene 0/0/90</li></ul>   |
| Ab Woche 7     | <ul style="list-style-type: none"><li>• Schiene abnehmen, vorsichtiger Kraft- und Propriozeptionsaufbau, anfangs noch in geschlossener Bewegungskette, Steigerung der Flexion, Bewegungsbad, Aquajogging, Auftrainieren des M. vastus medialis und der Hüft-außenrotatoren. Ambulante Reha einleiten</li></ul> |
| Nach 3 Monaten | Termin GRCH, MRT Kontrolle   |
| Ab Monat 4     | Wiederaufnahme sportartspezifisches Training   |

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

Prof. Dr. Peter Strohm  
Chefarzt

Dr. Jörg Dickschas  
Oberarzt

Stand 12/2015