

Nachbehandlungsschema nach Trochleoplastik

- Woche 1
- Orthese (z.B. M4S) fixiert in 20° Flexion
 - Teilbelastung mit 20kg
 - passive KG, Motorschiene 0/20/60 ab 2. postop Tag
 - Stationär ca. 5 - 7 Tage, Rezept CPM zu Hause
 - bei Entlassung Termin in 5 Wochen in GRCH Sprechstunde.
 - Wenn gewünscht ambulante Reha einleiten
- Woche 2-5
- Bewegungsorthese (z.B. M4S) 0/0/90
 - Aufbelastung bis zur Schmerzgrenze
 - Passive KG und Motorschiene 0/0/90 schrittweise steigern bis 0/0/120
- Ab Woche 6
- 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
- Nach 3 Monaten Termin GRCH
- Ab Monat 4 Wiederaufnahme sportartspezifisches Training

Begleitende schmerzlindernde und abschwellende Maßnahmen, Thromboseprophylaxe bis eine Belastung über 20kg durchgeführt werden kann.

Prof. Dr. Peter Strohm
Chefarzt

PD Dr. Jörg Dickschas
Leiter der Sektion Gelenkerhalt und -
rekonstruktion, Korrektur-Osteotomie,
Endoprothetik