

Nachbehandlungsschema nach Frontalachsen-Korrektur Tibial/Femoral

- Tag 0-2
- Ggf. Schmerzkatheter, Eis kühlen, ggf. Schienenlagerung im Bett, Lymphdrainage, CPM schmerzadaptiert frei, KG, 20 kg Teilbelastung
- Tag 3-7
- Mobilisation ohne Katheter unter 20kg Teilbelastung, weiter CPM steigern, Lymphdrainage, KG, isometrische Übungen, Übungen im geschlossenen System, Patellamobilisation
Stationärer Aufenthalt: tibial ca. 3-5 Tage, femoral ca. 4-6 Tage
Entlassplanung: Verordnung für Lymphdrainage, KG, CPM, Reha mit Beginn nach ca. 6 Wochen
- Woche 2 - 6
- weiter CPM schmerzadaptiert steigern, Lymphdrainage, Gehschule und Krankengymnastik, Schmerzmedikamente ausschleichen, im Verlauf Beginn mit Ergometertraining (<100Watt)
- Teilbelastung 20 kg fortsetzen für
Tibial zuklappend: 2 Wochen, dann Aufbelasten über 2 Wochen
Tibial aufklappend: 4 Wochen, dann Aufbelasten über 2 Wochen
Femoral zuklappend: 4 Wochen, dann Aufbelasten über 2 Wochen
Femoral aufklappend: 6 Wochen, dann aufbelasten
- ab 7. Woche
- Nach Röntgen-Kontrolle Komplettierung der Aufbelastung, Gehstützen abtrainieren, ggf. Ambulante Rehabilitation ab Woche 5-7, Propriozeptives Training, Isokinetisches Training (z.B. Beinpresse), langsamer Übergang vom geschlossenen in ein offenes System (CAVE: Scher- und Hebelkräfte), Ergometer mit gesteigerter Belastung, Lauftraining auf Laufband und im ebenen Gelände. Schwimmen im Kraulbeinschlag. Arbeitsplatzbezogenes Training
- Ab 13. Woche
- Wiederaufnahme der (körperlichen) Arbeit, sportlichen Aktivität

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