



Nachbehandlung MPFL-Plastik (Gracilissehne)

- Tag 0-2 Ruhigstellung in Streckschiene, Kryotherapie, 20kg TB
- Tag 2 Zug der Drainagen, Abnahme Streckschiene,
Beginn mit aktiven Quadricepsübungen bis 90°,
Beweglichkeit freigegeben in Orthese (z.B. medi 4S) und Motorschiene
bis Streckung/Beugung 0-0-90°
- Ab Woche 3 Belastungssteigerung schmerzadaptiert bis VB
- Ab Woche 7 Freigabe der Beweglichkeit, Abnahme Bewegungsschiene, Beginn mit
leichten Aktivitäten (Laufen, Fahrrad, Schwimmen)
- Ab Woche 13 Volle sportliche Aktivität

Prof. Dr. Peter Strohm
Chefarzt

Dr. Jörg Dickschas
Oberarzt