

Nachbehandlungsschema **Calcaneusfraktur – konservativ**

Phase 1: 1. - 2. Woche

- Entlastung an Unterarmgehstützen
- Hochlagerung
- Kryotherapie,
- Symptom-adaptierte Schmerztherapie
- Thromboseprophylaxe
- Lymphdrainage

Phase 2: 3. - 4. Woche

- Fersenentlastungsschlinge nach Abschwollen der Weichteile
- Belastungssteigerung an Unterarmgehstützen mit angelegter Orthese zur Vollbelastung ab der 4. Woche
- Röntgenkontrolle 4 Wochen nach Trauma
- Funktionelle Nachbehandlung sowie Lymphdrainage
- Thromboseprophylaxe

Phase 3: 5. - 6. Woche

- Funktionelle Nachbehandlung sowie Lymphdrainage
- Anpassen des 1. Druckaufbaupolster 6 Wochen nach Trauma
- Thromboseprophylaxe
- Vollbelastung mit angelegter Orthese

Phase 4: 7. - 12. Woche

- Röntgenkontrolle 8 Wochen nach Trauma
- Anpassen des 2. Druckaufbaupolster 8 Wochen nach Trauma
- Anpassen des 3. Druckaufbaupolster 10 Wochen nach Trauma
- Thromboseprophylaxe
- Vollbelastung mit angelegter Orthese

Phase 5: Ab der 12. Woche

- Freigabe und Abnehmen der Orthese nach erfolgter Röntgenkontrolle
- Koordination- und Krafttraining
- Volles Bewegungsausmaß erarbeiten

Autofahren bei sicherer Vollbelastung möglich

Die Krankengymnastik sollte zu keinem Zeitpunkt schmerzhaft sein. Bei Auffälligkeiten oder Unklarheiten bitte wir um Kontaktaufnahme mit unserer Klinik unter 0561/980-5102.

Für die Kontrolltermine ab der zweiten Woche nach Entlassung bitte rechtzeitig an die telefonische bzw. persönliche Terminvereinbarung sowie das Vorlegen einer Facharztüberweisung vom niedergelassenen Orthopäden oder Chirurgen.

V01 12/2022