

Nachbehandlungsschema Hüftendoprothese

Phase 1: OP-Tag

- Schmerzreduktion
- Kreislaufstabilisierung
- Mobilisation aus dem Bett
- Pneumonieprophylaxe | Dekubitusprophylaxe
- **Thromboseprophylaxe medikamentös 28-35 Tage**
- **Ossifikationsprophylaxe mit Indometacin für 3 Wochen,**
- **bei NI prä-OP Radiatio**

Ab 1. Tag

- Mobilisation über betroffene Seite
- Hilfsmittel (Toilettensitzerhöhung, überhöhtes Sitzkissen, Greifzange, Unterarmgehstütze)
- Anleitung zum Eigentaining
- Vollbelastung im Vierpunktengang
- Limitation des Bewegungsausmaßes: Streckung/Beugung: 0/0/90 (keine Innenrotation in Beugung, keine Außenrotation in Streckung)
- MLD, Kryotherapie

Bis 2. Tag: Verbandswechsel, Entfernung der Redondrainage

Bis 3. Tag: Röntgenkontrolle (Beckenübersicht, Lauensteinaufnahme)

Bis 2. Woche:

- Aktives Bewegen der unteren Extremität
- Treppensteigen
- Vorbereitung der Entlassung mit Verordnung von Hilfsmitteln, Rehamaßnahmen

Phase 2

Bis 6. Woche:

- Gangschule, Muskelaufbau-, Koordinations-, Gleichgewichtstraining
- Sturzprävention
- Entwöhnung der Gehhilfen

Bis 12. Woche:

- Arbeitsfähigkeit bei leichten Tätigkeiten
- Muskelaufbautraining an Geräten
- Individuelle Belastungssteigerung
- Röntgenkontrolle nach drei Monaten

Nachbehandlungsschema **Hüftendoprothese**

Phase 3

Bis 16. Woche:

- Wiedereingliederung in den Alltag und Beruf
- Funktionstraining
- Reha-Sport

Ab 4. Monat:

Sportfähigkeit für low impact Sportarten (z.B. Nordic Walking, Wandern, Radfahren)

Ab 7. Monat:

Sportfähigkeit für high impact Sportarten (z.B. Laufen, Tennis, Fußball, Skifahren)

Die Krankengymnastik sollte zu keinem Zeitpunkt schmerzhaft sein. Bei Auffälligkeiten oder Unklarheiten bitten wir um Kontaktaufnahme mit unserer Klinik unter 0561/980-5102. Bitte denken Sie an die rechtzeitige telefonische bzw. persönliche Terminvereinbarung für die Kontrolltermine ab der zweiten Woche nach Entlassung, sowie an das Vorlegen einer Facharztüberweisung vom niedergelassenen Orthopäden oder Chirurgen.

V01 12/2022
