

## Nachbehandlungsschema bei **Patellafrakturen/Längsfraktur** - konservativ

---

### Am Unfalltag

- Schmerzreduktion, Ruhigstellung des Gelenks mittels Orthese für 6 Wochen
- TB 20 kg an UA Gehstützen
- Dreipunktegang mit Orthese
- Thromboseprophylaxe

**4. + 14. + 28. + 42. Tag:** Röntgenkontrolle (Knie in 2 Ebenen)

**1. - 2. Woche:** Ext/Flex 0/0/30°

**3. - 5. Woche:** Ext/Flex 0/0/60 °

**5. – 7. Woche:** Ext/Flex 0/0/90 °

**7. Woche:** Röntgenkontrolle, ggf ab hier freie Beweglichkeit

**Bis 8. Woche:** Assistierte/aktives Bewegen, Gleichgewichtstraining, Koordinationstraining, Muskeltraining, Belastungssteigerung bis zur Vollbelastung

**Bis 10. Woche:** Erweiterte Gangschule (unebenes Gelände etc.), Vollbelastung unter Alltagsbedingungen

**Bis 12. Woche:** Erweiterte ambulante REHA Maßnahmen, Arbeitstherapie

**Ab 4. Monat:** Low impact Sport

**Ab 5. Monat:** High impact Sport

#### Belastungsvorgabe

- **4 Wochen Teilbelastung** in beweglicher Don Joy- Schiene
- **Ab der 5. Woche** Belastungssteigerung in Don Joy-Schiene

Die Krankengymnastik sollte zu keinem Zeitpunkt schmerzhaft sein. Bei Auffälligkeiten oder Unklarheiten bitte Kontaktaufnahme mit unserer Klinik unter 0561 908 5102. Für die Kontrolltermine nach 2 und 6 Wochen bitte rechtzeitig an die telefonische oder persönliche Terminvereinbarung denken.

V01 12/2022