

Nachbehandlungsschema bei **Patellafraktur** - operativ

Am OP-Tag

- Schmerzreduktion

Ab 1. postoperativen Tag

- TB 20 kg in Schiene
- Schmerztherapie
- Thromboseprophylaxe

2. postoperativer Tag

- Entfernung der Redondrainage, Verbandswechsel,
- Röntgenkontrolle (Knie in 2 Ebenen)
- Physiotherapie: Lymphdrainage, isometrische Spannungsübungen, Dreipunktengang mit Orthese mit 20kg Teilbelastung

1. - 2. Woche: Bewegung des Kniegelenks **0/0/30°**, Teilbelastung 20kg, Patellamobilisation, Isometrisches Quadrizepstraining (*Muskelanspannung ohne Muskelverkürzung oder Bewegung im Gelenk*)

3. Woche: Umstellen der DonJoy-Schiene auf **0/0/60°**, Röntgenkontrolle (Knie in 2 Ebenen), Fadenzug, weitere Mobilisation

5. Woche: Umstellen der DonJoy-Schiene zu **0/0/90°**, Röntgenkontrolle (Knie in 2 Ebenen), Steigerung der Belastung in der Schiene bis zur Vollbelastung

7. Woche: Abtrainieren der DonJoy-Schiene, Röntgenkontrolle (Knie in 2 Ebenen), erweiterte Gangschule, Muskelaufbautraining. Freies Bewegungsmaß.

8. Woche: Freie Beweglichkeit

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