Sana Kliniken
Landkreis Leipzig

EndoProthetikZentrum
Leipziger Land

Patienteninformation

KnieEndoprothetik



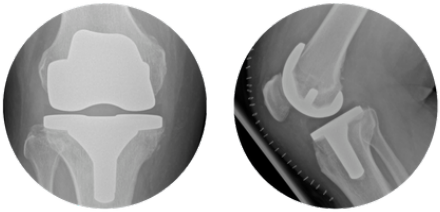
„Rasch zurück in den Alltag“

Es ist unser Ziel, dass Sie nach einer Knie- oder Hüftgelenksersatz-Operation in kurzer Zeit wieder selbstständig aktiv sein und rasch wieder zu Ihren Alltagsaufgaben oder sportlichen Aktivitäten zurückkehren können. Sie als Patient sind dabei aktiver Partner. Sie lernen durch aktives Mitwirken den Genesungsprozess positiv zu beeinflussen.

„FastTrack" ist ein Konzept, das viele Bereiche innerhalb des Behandlungsprozesses beinhaltet. Es umfasst die rasche Wiederherstellung der Mobilität und Selbstständigkeit, sowie Kraftaufbau. Durch umfassende Information sollen Ängste abgebaut und an der Rückkehr des Selbstvertrauens gearbeitet werden.
Die Beschleunigung des Genesungsprozesses in körperlicher und psychischer Hinsicht soll Komplikationen wie Thrombosen und Wundinfekte verringern.

Schritte bis zum neuen Gelenkersatz

- Sprechstunde: Erhalt des OP-Termins, Anmeldung der Anschlussheilbehandlung, Termin für die OP Vorbereitung im ambulanten Zentrum, Festlegung Termin zur präoperativen Patientenschulung Physiotherapie
- Telefonische Kontaktaufnahme zur Planung der Anschlussheilbehandlung durch den Sozialdienst
- Ambulantes Zentrum: OP-Vorbereitung
- Telefonische Kontaktaufnahme durch die Teamassistentin zur Klärung offener Fragen
- Stationäre Aufnahme



Ansprechpartner

Fast Track Nurse/Teamassistentin	**03433 / 21 1047**
Sekretariat Orthopädie & Unfallchirurgie	03433 / 21 1503
Sprechstunde Orthopädie & Unfallchirurgie	03433 / 21 2543
Ambulantes Zentrum	03433 / 21 1585
Sozialdienst	03433 / 21 1715

Patientenschulung Physiotherapie

Bereits vor der Operation beginnt der Patient unter physiotherapeutischer Anleitung mit Übungen, die gezielt die Muskulatur stärken, die Schonhaltung korrigieren und die Beweglichkeit verbessern.

Patientenschulungen

Zusätzlich finden immer dienstags, um 10:00 Uhr präoperative Schulungen in der Abteilung für Physiotherapie statt.

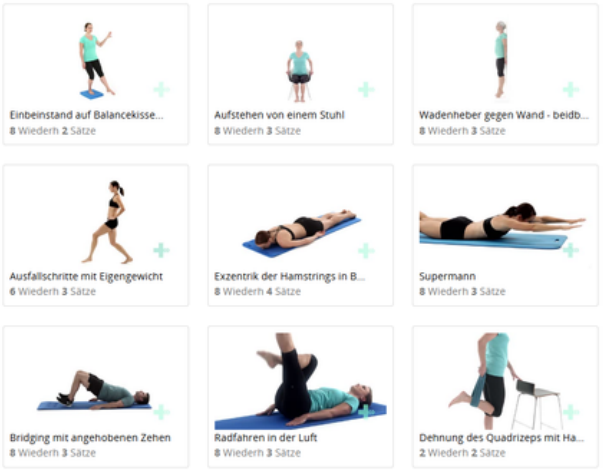
Anmeldung unter: 03433 / 21-1882 oder 1876

Die Erklärung zum Umgang mit Hilfsmitteln und Übungen für zu Hause stehen dabei im Fokus.

Dabei ermöglicht die für alle Endoprothesenpatienten kostenlose PhysiApp schon im Vorfeld der geplanten Operation ein alltagsnahes, tägliches Training zu Hause.

Zur Verwendung der PhysiAPP bitte den QR-Code mit dem Smartphone scannen.

PhysiApp EasyLink



Vorbereitung zu Hause

Hygiene

- Gründliche Körperhygiene (mit Octenisan-Seife), Duschen oder Baden
- OP Gebiet NICHT rasieren
- Frische Kleidung anziehen

Nahrungsaufnahme

- Bis Mitternacht erlaubt
- Trinken ist bis zur OP erlaubt, aber NUR klare Flüssigkeiten (Wasser oder Tee) KEINE Säfte, Milch oder Milchprodukte

Medikation

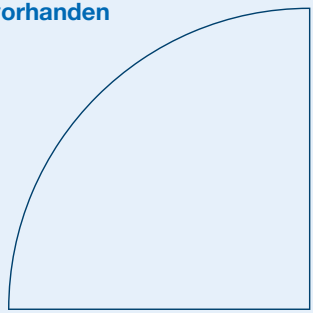
- Einnahme von Medikamenten wie mit Narkosearzt besprochen Wenn vorhanden: Besonders auf rechtzeitiges Pausieren einer blutverdünnenden Medikation und Medikation zur Behandlung eines Diabetes mellitus achten!

Koffer für Anschlussheilbehandlung vorbereiten
Krankenhaustasche vorbereiten

- Schmuck und Wertsachen zu Hause lassen
- Schuhanzieher, vorhandene Hilfsmittel, seltene Medikamente zum Beispiel Augentropfen, Sprays etc.
- Bade-/Hausschuhe, Waschtasche, Waschlappen, Handtücher
- Festes Schuhwerk
- Bequeme Kleidung
- Sonstiges: Krankenkassenkarte, Kopie Patientenverfügung und/oder Vorsorgevollmacht, AKTUELLER Bundeseinheitlicher Medikationsplan, Allergiepass (wenn vorhanden)
- *Privatversicherte: Persönlichen Krankenversichertennummer (KVNR) rechtzeitig beantragen!

Hilfsmittel, wenn bereits vorhanden

- Unterarm-Gehstützen
- Langer Schuhanzieher



Stationärer Ablauf

	Aufnahme und OP am selben Tag Erste Beübung postoperativ
Tag 1	Blutabnahme und Gangschule im Zimmer
Tag 2	Erster Verbandswechsel und Gangschule Flur
Tag 3	Blutabnahme, Röntgen und Treppensteigen
Tag 4 / 5	Entlassung

Der stationäre Aufenthalt bei planmäßigem Verlauf liegt bei 4 bis 5 Tagen.

Nahrungsaufnahme nach der OP

Bereits im Aufwachraum erfolgt eine frühe Flüssigkeits- und Nahrungsaufnahme durch Wasser und Eis. Auf Station kann noch am selben Tag die orale Nahrungsaufnahme begonnen werden.

Schmerztherapie

Schmerzen nach einer Gelenkersatzoperation zählen zu den wesentlichen Faktoren, die eine Genesung verzögern. Fast Track setzt auf eine verbesserte Schmerztherapie, welche die nach einer Operation auftretenden Schmerzen deutlich reduziert. Durch den Operateur wird eine feste Schmerzmedikation angesetzt, bestehend aus einem nicht-opioidhaltigen Schmerzmittel 3x täglich und einem Opiat morgens und abends. Im Aufwachraum erfolgt vor der OP die Anlage eines Schmerzkatheters bis zum zweiten Tag nach der Operation. Zusätzlich kann jederzeit eine Bedarfsmedikation abgerufen werden.

Mobilisierung

- die aktive Mobilisierung ohne Einschränkungen kann noch am OP Tag erfolgen zum Beispiel mit ersten Übungen im Liegen, Kreislaufanregung und Sitzen an der Bettkante
- bei stabilem Kreislauf und vorhandener Motorik kann bereits das Stehen und Gehen mit Vollbelastung und Hilfsmitteln in Begleitung geübt werden
- Ein- und Aussteigen aus dem Bett erfolgt über die operierte Seite
- im Verlauf der nächsten Tage erfolgt die aktive Therapie angeleitet durch die Physiotherapeuten
- es werden Übungen zur Beweglichkeits- und Kraftsteigerung, Alltagsbewegungen sowie Gehen an Unterarmgehstützen auf Flur und Treppe trainiert
- das selbständige Üben wird auch mithilfe des Aktivpfades auf dem Stationsflur unterstützt, sowie Übungen im Zimmer mit der PhysiApp anhand der QR-Codes
- bei Bedarf gibt es zusätzlich Kühlung und Lymphdrainage zur Verringerung der Schwellung
- die Thromboseprophylaxe erfolgt in aller Regel aktuell mittels blutverdünnender Tabletten (Rivaroxaban) und nicht mehr mit Heparin in Spritzenform

Entlassung



Erhalt durch die Station

- Arztbrief
- Aktueller Bundeseinheitlicher Medikationsplan
- Entlassungsrezept mit neu verordneten Medikamenten wie Schmerzmittel und Thrombembolieprophylaxe
- QR-Code zum Radiologieportal mit aktuellen Röntgenbildern

Organisation auf Wunsch

- Liegebescheinigung
- wenn keine Selbstabholung möglich ist, Erhalt eines Transportscheins für Taxi oder Krankentransport (Zuzahlung zwischen 5 bis 10€)
- Anmeldung Sozialdienst, wenn eine zusätzliche Unterstützung durch einen ambulanten Pflegedienst benötigt wird, sowie Ausstellung eines Verordnungsbogens

Die Krankenhauszuzahlung erfolgt nach Erhalt der Rechnung an die Krankenkasse.

Weiterbehandlung

- Verbandswechsel durch Orthopäden oder Hausarzt (auf Wunsch auch durch Pflegedienst)
- Faden bzw. Klammerzug 12 bis 14 Tage postoperativ durch den weiterbehandelnden Orthopäden oder Reha-Klinik
- Weitere Verordnung von Medikamenten über Orthopäden oder Hausarzt, sowie die Ausstellung von Physiotherapie-rezepten

Anschlussheilbehandlung

Eine stationäre oder ambulante Rehabilitation wird immer angestrebt. Empfehlung ist der Beginn nach 10 bis 14 Tagen von zu Hause.

Schon vor dem stationären Aufenthalt wird der ungefähre Antrittszeitraum und der Ort der Reha geklärt. Nach der Operation erfolgt die persönliche Kontaktaufnahme durch den Sozialdienst zur Antragaufnahme und Erhalt des vorreservierten Termins für die Anschlussheilbehandlung. Anschließend wird der Antrag zur Prüfung beim zuständigen Kostenträger gestellt. Der Antritt der Reha kann nach vorliegender Kostenzusage erfolgen. Vor dem Reha-Beginn erhalten Sie ein Schreiben Ihrer Anschlussheilbehandlung bezüglich Datums, Uhrzeit, Abholung und weiteren wichtigen Details.

Weitere wichtige Verhaltensregeln

Duschen nach OP ist nur mit vorhandenem Spezialpflaster erlaubt, Baden erst nach Nahtmaterialentfernung und trockenen Wundverhältnissen.

- In den ersten Wochen keine schmalen oder hohen Absätze tragen
- Wenn nicht anders vom Operateur vorgegeben, volle Belastung des Beines und freie Bewegung des Kniegelenks möglich
- Bis zum Beginn der Anschlussheilbehandlung im Alltag Pausephasen zum Hochlagern und Abschwellen nutzen
- Hilfsmittel für 4 bis 8 Wochen nutzen
- Ein- und Aussteigen aus dem Bett über die operierte Seite
- **Treppensteigen:**
  - Hoch: gesundes Bein zuerst
  - Runter: operiertes Bein zuerst

Merkhilfe: „Mit der Gesundheit geht es Berg hoch, bei Krankheit geht es bergab.“

Sport

Sportliche Aktivitäten wie Radfahren, Schwimmen sind nach drei bis sechs Monaten in Absprache mit Ihrem Arzt möglich, Wassergymnastik und Walking sind schon deutlich eher möglich.

Fahrtauglichkeit

Patienten mit einer Knieprothese sind frühestens vier bis acht Wochen nach der Operation wieder fahrtüchtig. Wichtig ist ein sicherer, stabiler Gang ohne Verwendung von Gehhilfsmitteln, wie z.B. UA-Gehstützen !
Dies ist jedoch vom Gesamtzustand abhängig und bitte unbedingt mit dem behandelnden Orthopäden zu besprechen!

Empfehlung zur Antibiotikaprophylaxe bei zahnmedizinischen Eingriffen

Nach der Implantation einer Knieendoprothese wird zum Infektionsschutz bei invasiven („blutigen“) zahnmedizinischen Eingriffen eine Antibiotikaprophylaxe, welche eine Stunde vor dem Eingriff gegeben werden soll, empfohlen. Zum Beispiel 2g Amoxicillin (bei Penicillinallergie: Clindamycin 600mg) in Tablettenform.



Bei Fragen wenden Sie sich bitte an unsere Teamassistentin Denise.

03433 / 21-1047

denise.zoetzsche@sana.de

Termine bis zur Ihrer OP

1. Patientenschulung Physiotherapie

2. OP-Vorbereitung im Ambulanten Zentrum

3. OP-Termin und stationäre Aufnahme

um 06:15 Uhr

4. Planung der Rehabilitation erfolgt telefonisch über Sozialdienst

5. Telefonische Kontaktaufnahme durch Teamassistentin Schwester Denise

Ambulantes Zentrum

Vorstellung zur OP-Vorbereitung.

- Bitte bringen Sie Ihren Einweisungsschein und Ihren aktuellen Bundeseinheitlichen Medikamentenplan mit, sowie einen Allergiepass, sofern Allergien bekannt sein sollten.
- Sollten Sie Erkrankungen von Herz oder Lunge haben, bringen Sie bitte den letzten Untersuchungsbefund mit.
- Es erfolgt das Aufklärungsgespräch mit der Anästhesie, Untersuchung durch den Chirurgen, Blutentnahme, ggfs. Röntgen und weitere Diagnostik.

Bitte planen Sie ca. 2 bis 4 Stunden ein. !

Sana Kliniken Landkreis Leipzig
EndoProthetikZentrum Leipziger Land

Rudolf-Virchow-Straße 2
04552 Borna
Telefon 03433 21-0
Mail postmaster.borna@sana.de
www.sana.de/landkreis-leipzig

Impressum

Herausgeber:
Sana Kliniken Leipziger Land GmbH
Rudolf-Virchow-Straße 2
04552 Borna
Design: Sana Kliniken Leipziger Land

Stand: August 2026