

Ab zweiten postoperativen Tag forcierte Bewegungsförderung in Streckung und 90°
Beugung

Entzündungsphase

OP-Tag/ 1.post OP Tag

- Assistive Bewegung des Kniegelenkes unmittelbar nach der OP schon mit Motorschiene (CPM) und Physiotherapie möglich, forciert nach 2 Tagen postop nach Drainagenentfernung
- Physikalische Therapie zur Schmerzreduktion (Kühlung)
- Pass. / ass. / akt. Bewegen des Kniegelenkes mit Bewegungsförderung in die Streckung und forciert in die Beugung (0-0-90°)
- Komplexe Entstauungstherapie (Hochlagerung, Anregen der Muskelpumpe, manuelle Lymphdrainage, Kompression, Lymphtaping)
- ADL (Activities of daily living) -Schulung
- Gangschule mit Vollbelastung auf Zimmerebene mit Hilfsmitteln, ggf. Treppentraining

Aufbauphase

1.-4. Woche

- Bewegungstherapie zur Funktionsschulung
- Mobilisationstechniken kontraktiler und nicht kontraktiler Strukturen Ursprung/ Ansätze der Oberschenkelmuskulatur
- Gleichgewichts- und Koordinationstraining,
- Anleitung zu Eigenübungen
- Gangschule/ Gangkorrektur mit Hilfsmittel (UAGST), Treppentraining
- Narbenmobilisation
- Erhalt der Beweglichkeit der umliegenden Gelenke
- Thrombembolie Prophylaxe für mind. 30 Tage

Umbauphase/ Stabilisationsphase

4.-6. Woche

- Mobilisationstechniken kontraktiler und nicht kontraktiler Strukturen
- Narbenmobilisation
- Intensivierung vom Muskelaufbau, Koordinations- und Gleichgewichtsschulung
- Gangschule und Gangkorrektur
- Schulung von Aktivitäten aus Freizeit und Beruf

7. Woche

- Ass. / akt. Bewegen ohne Einschränkung

Ab 6. Monat

Der behandelnde Arzt erklärt die Sportfähigkeit des Patienten