



**Chirurgisch -  
Orthopädische  
Gemeinschaftspraxis  
in der Praxisklinik Travemünde**

**Durchgangsarztpraxis**

Partnerschaftsgesellschaft

**Am Dreilingsberg 7  
23570 Lübeck – Travemünde**

Dr. med. Gassan Abdel Kader  
Dr. med. Laif Casper  
Dr. med. Rafael Kunze  
Torben Hass (Ang. Arzt)  
Dr. med. Oskar Theuer (Ang. Arzt)  
Dr. med. Evelyn Kiehne (Ang. Ärztin)

Telefon 04502 – 30 7 30  
Fax 04502 – 30 7 315  
E-Mail kontakt@chirurgen-travemuende.de  
Internet www.chirurgen-travemuende.de  
Stand 20.10.2019

**NACHBEHANDLUNGSSCHEMA**

Patellaluxation

MPFL-Plastik

Ersatz des Ligamentum patellofemorale mediale durch eine körpereigene Sehne

**Ruhigstellung:**

Ab ersten Tag Bewegungsorthese (z.B. Patella-Pro® von Ottobock®) für 12 Wochen.

**Physikalische Therapie:**

Kryotherapie (Kryo-Cuff). Muskelaufbau- und Koordinationstraining. Aktive Muskulus quadrizeps-Übungen ab dem ersten Tag. Lymphdrainage für 3 Wochen.

**Bewegungsausmaße:**

| postoperative Woche | Extension / Flexion |                         | Belastung       |
|---------------------|---------------------|-------------------------|-----------------|
| 1.-2.               | aktiv 0°/0°/60°     | Isometrische Übungen    | 10kg            |
| 3.-6.               | aktiv 0°/0°/90°     | Koordinations- bzw.     | Volle Belastung |
| Ab 7.               | freie Beweglichkeit | Proprioceptionstraining |                 |

**Sportliche Aktivitäten:**

Ab 7. Woche ist in der Regel Autofahren möglich

Nach 12. Woche: Rasanz-, Kontakt- und Kampfsport und leichtes Lauftraining

Regelmäßige Wundkontrollen und Entfernung des Hautnahtmaterials am 7.-12. postoperativen Tag, ab dem Folgetag ist ein pflasterfreies Duschen möglich.

Bei Komplikationen oder Auftreten von zunehmender Rötung, Schwellung oder Überwärmung sofortige Wiedervorstellung in der Sprechstunde Ihres Operateurs.

Das o.g. Schema ist als Standard zu sehen, von dem im Einzelfall abgewichen werden kann.

Sprechstunden: Montag bis Freitag 9:00 - 11:30 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr  
Unfälle durchgehend 8:00 - 18:00