



NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Meniskusriß

Korbhenkelriß des Meniskus

Arthroskopische Meniskusnaht

**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

Ruhigstellung:

0° Mecronschiene für 3 Tage dann Bewegungsschlinge für 6 Wochen.
Kryotherapie (Kryo-Cuff, Kühlung) und CPM-Schiene 4 Wochen.
Muskelaufbau- und Koordinationstraining.
Lymphdrainage für 3 Wochen.

Bewegungsausmaße:

postoperative Woche	Extension / Flexion		Belastung
1.-2.	aktiv 0°/0°/30°	Vermeidung von Rotation im Kniegelenk	Volle Belastung
3.-4.	aktiv 0°/0°/60°		
5.-6.	aktiv 0°/0°/90°		
Ab 7.	freie Beweglichkeit		

Sportliche Aktivitäten:

Ab 7. Woche ist in der Regel Autofahren möglich
Nach 12. Woche: Rasant-, Kontakt- und Kampfsport und leichtes Lauftraining.

Bitte 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.