



NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Bei

Meniskusriß

radiärer Riß des Meniskus

durchgeführte

Arthroskopische Meniskusnaht

Ruhigstellung:

0° Mecronschiene für 3 Tage dann Bewegungsothese für 6 Wochen.

Kryotherapie (Kryo-Cuff, Kühlung) und CPM-Schiene 4 Wochen.

Muskelaufbau- und Koordinationstraining.

Lymphdrainage für 3 Wochen.

Bewegungsausmaße:

postoperative Woche	Ext./Flex.		Belastung
1.-2.	aktiv 0°/0°/30°	Vermeidung von Rotation im Kniegelenk	Entlastung
3.-4.	aktiv 0°/0°/45°		
5.-6.	aktiv 0°/0°/60°		
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.