



NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

TFCC-Läsion

Verletzung der triangulären fibrocartilaginären Complexes

Arthroskopisches TFCC-Debridement

Glättung des triangulären fibrocartilaginären Complexes

Ruhigstellung:

Dorsale Unterarm-Castschiene in leichter Überstreckung des Handgelenkes unter Freilassen der Fingergrundgelenke für 4 Wochen. Anschließend Handgelenksorthese für 4 Wochen.

Physikalische Therapie:

Sofortige aktive und passive Bewegungsübungen der Finger aus der Schiene heraus sowie nach 2 Wochen Bewegungsübungen des Handgelenkes aus der Schiene heraus.

Bewegungsausmaße Handgelenk:

postoperative Woche	Ext. – Flex.	Radial - Ulnar	Sup. – Pro.
1.-2.	keine	keine	keine
3.-4.	passiv 20°-0-20°	passiv 10°-0°-0°	keine
5.-6.	assistiert 20°-0-20°	assistiert 10°-0°-0°	30°-0-30°
7.-8.	assistiert frei	assistiert frei	60°-0°-60°
ab 9.	aktiv frei	aktiv frei	Aktiv frei

Bis 9. Woche Beachtung der Schmerzgrenze und Vermeidung von Tragen schwerer Gegenstände (2kg)!

Ab 9. Woche ist in der Regel Autofahren möglich

Ab 10. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit geringer Handbelastung

Ab 12. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit höherer Handbelastung und Überkopfübungen

Sportliche Aktivitäten:

Nach 10. Woche: Freizeitschwimmen

Nach 26. Woche: Fahrradfahren

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

Bitte regelmäßige Wundkontrollen und Entfernung des eventuell einliegenden Drainagematerial innerhalb von 2 Tagen und 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