



Nachbehandlungskonzept

autologe Knorpelzelltransplantation Oberschenkelrolle / Schienbeinkopf

1. bis 2. Tag

- Knieorthese
- Ruhigstellung des betroffenen Gelenkes für 48h

3. Tag bis 1. Woche

- Motorschienen-Behandlung (CPM)
- Flexionsbegrenzung bei 30° und freie Streckung
- Mobilisierung unter Teilbelastung mit 10kg (Fußsohlenkontakt)

1. Woche bis 3. Woche

- s.o.
- Steigerung der Flexion auf 60°

3. Woche bis 6. Woche

- s.o.
- Steigerung der Flexion auf 90°
- Teilbelastung bis 30kg

7. Woche bis 12. Woche

- s.o.
- Steigerung des Bewegungsausmaßes bis zur freien Beweglichkeit
- Übergang zur Vollbelastung
- Beginn von aktiv assistierter Physiotherapie ohne Beübung gegen Widerstand
- Ergometertraining ohne Widerstand

Ab 13. Woche

- Muskelaufbautraining unter physiotherapeutischer Anleitung
- Ergometertraining auf mittlerer Stufe

Allgemeine Hinweise:

- Keine Impact-Sportarten vor Ablauf des ersten Jahres postoperativ!
- Von diesem Schema kann abhängig vom Operationsbefund abgewichen werden.
- Bei Fragen oder anhaltenden Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt bzw. den Operateur.

Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr Knieteam der Marburger Orthopädie!