

Nachbehandlungsplan - Tibiakopffraktur (Bruch des Schienbeinkopfes)

winkelstabile Plattenosteosynthese (LISS-Fa. Synthes; NCB Fa. Zimmer Biomet)

Präoperativ:

Genucastschienenruhigstellung

1. und 2. postoperativer TAG

Immobilisation in der Genucastschiene
Entfernung der Redondrainage am
1.-2. postoperativen Tag
Röntgenkontrolle Knie mit Unterschenkel
in 2 Ebenen nach Redonzug
Entlastung, Thromboseprophylaxe
Schmerztherapie

Physiotherapie:

isometrische Spannungsübungen,
passiv Bewegung des Kniegelenkes bis zur
Schmerzgrenze

1. und 2. postoperative WOCHE

Abnahme der Genucastschiene zur
Physiotherapie
Belastung: 20Kg
(Fußsohlenbodenkontakt) für 6 Wochen

Physiotherapie:

Beginn aktiv geführte und passive
Beübung Ex/Flex bis zur Schmerzgrenze
keine Bewegungslimitierung
isometrische Spannungsübungen
Kontrolle der Kniegelenksbeweglichkeit
CPM-Schiene, Einstellung entsprechend
dem bestehenden bestmöglichen
Bewegungsausmaß
Fadenzug nach 12 -14 Tagen

Ab der 3. postoperativen Woche

Abnahme der Genucastschiene
Belastung: 20Kg
(Fußsohlenbodenkontakt)
keine Bewegungslimitierung
Verbesserung der Beweglichkeit
Kräftigung der Muskulatur
Gangschule b.B.

Ab der 6. postoperativen Woche

Zunehmende schmerzadaptierte
Vollbelastung (6. bis 8. Woche) je nach
Verletzungsausmaß und Röntgenkontrolle

Ab der 9. postoperativen Woche

Sportarten, die das Knie wenig belasten
sind erlaubt (Joggen, Radfahren,
Schwimmen)

kniebelastende Tätigkeiten/Sportarten
sollen vermieden werden, z.B.:
belastende Kniebeugen
kniende Tätigkeiten,
Heben mit gebeugtem Knie über 20kg
Ballsportarten

Ab dem 3. postoperativen MONAT

Steigerung zur uneingeschränkten
Belastbarkeit im Alltag und Sport