

# 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 Kniegelenkbeweglichkeit  
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  
Ball sportarten

## Ab dem 3. postoperativen MONAT

Steigerung zur uneingeschränkten  
Belastbarkeit im Alltag und Sport