

# Nachbehandlungsplan – Hüftgelenksnaher Oberschenkelbruch

## TrochanterFemurnagel TFN Fa. Synthes/Gamma-Nagel Fa. Stryker

### Generelles

Unabhängig ob kurzer oder langer Nagel erfolgt die Mobilisation bei erlaubter Vollbelastung (Ausnahmen nach Angaben des Operateurs)

### Präoperativ:

Lagerung in AO-Schiene  
Versorgung innerhalb von 24 Stunden

### **1. und 2. postoperativer TAG**

Schmerztherapie  
Thromboseprophylaxe  
Atemgymnastik b.B.  
Entfernung der Redondrainage am 1.-2. postoperativen Tag  
Röntgenkontrolle Hüftgelenk mit Oberschenkel in 2 Ebenen nach Redonentfernung

### Physiotherapie:

Isometrische Spannungsübungen  
Mobilisation an die Bettkante über betroffene Seite (kürzerer Weg)  
Atemgymnastik

### **1. und 2. postoperative WOCHE**

Entfernung der Hautfäden/Klammern am 12. – 14. postoperativen Tag  
Thromboseprophylaxe bis zu einer ausreichenden Remobilisierung

### Physiotherapie:

Beginn mit aktiv geführten und aktiven Bewegungen  
Mobilisation bei erlaubter Vollbelastung (Ausnahmen nach Angaben des Operateurs), ggf. unter Zuhilfenahme von UA-Gehstützen, Gehwagen etc.  
Haltungsschulung, Kräftigung der Schulter- und Armmuskulatur (ggf. Theraband)  
Gangschule  
Hüft- und Kniegelenk ohne Limitierung bis zur Schmerzgrenze

### **Ab der 7. Woche**

### Ziele

1. Erlangung d. gesamten Funktion
2. Verbesserung von Kraft, Ausdauer, Koordination

### Eigenes Üben:

Muskelaufbau, -kräftigung  
Weiter intensive Physiotherapie: Ziel Verbesserung der Beweglichkeit, Steigerung der Kraft  
Koordinationstraining