



Behandlungsleitfaden

ARTHRODESE GROßZEHENGRUNDGELENK

DIESES SCHEMA MUSS INDIVIDUELL ANGEPASST WERDEN. VORAUSSETZUNG FÜR DEN ÜBERGANG IN DIE NÄCHSTE PHASE IST IMMER DAS ERREICHEN DER ZIELE DER VORHERGEHENDEN PHASE.

Detaillierte Nachbehandlung:

Phase 0 (präoperativ)	
ZIEL: REIZFREIHEIT, SCHMERZFREIHEIT, OP-VORBEREITUNG	
Patienteninformation: - Schonung des betroffenen Gelenks - Organisation aller Notwendigkeiten im beruflichen und privaten Alltag	Therapeuteninformation: - Vorbereitung auf Unterarmgehstützen - Vorbereitung auf Teilbelastung - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - Kräftigung Hüft- und Kniemuskulatur - Aufklärung zu Wundheilung und Nachbehandlungsprozessen
Wichtige Hinweise: - Physiotherapie ab sofort 1-2x pro Woche - Apparative Funktionsdiagnostik und Medizinische Trainingstherapie nach Absprache mit dem Arzt	

Phase 1 (1.-2. Woche postoperativ)	
ZIEL: REIZFREIHEIT, SCHMERZFREIHEIT, MOBILISATION	
Patienteninformation: - Hochlagerung und Kühlen - Tragen des Vapopedes für insgesamt 6 Wochen - Kurzschrittiger Gang, Abrollphase vermeiden - Unterarmgehstützen bei Bedarf - Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgehstützen)	Therapeuteninformation: KEINE Mobilisation der Großzehe - Manuelle Lymphdrainage - Passive-aktive Mobilisation OSG im freien ROM - Gangschule an/ohne Unterarmgehstützen - Erlernen Muskelmantelspannung UEX - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) - Ganzheitliche Vorbereitung auf Vollbelastung: Manuelle Therapie an Knie, Hüfte, Becken und Lendenwirbelsäule
Wichtige Hinweise: Ärztliche Kontrolle 2 Wochen postoperativ	



Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Praxis
Nymphenburger Straße 110
80636 München

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 Gräfelfing

Im Loh 1 | TennisBase
82041 Oberhaching

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing
Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte
WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere





- **Physiotherapie ab 1. Tag postoperativ, 2-3x pro Woche**

Phase 2 (3.-6. Woche postoperativ)

**ZIEL: MOBILISATION, MUSKULÄRE STABILITÄT,
VERBESSERUNG DER SENSOMOTORIK**

Patienteninformation:

- Tragen des Vacopedes für weitere 4 Wochen
- Langsamer Übergang in Vollbelastung
- Schmerzfreies aktives Bewegen des Fußes

Therapeuteninformation:

- Passive-aktive Mobilisation OSG/USG im freien ROM
- Gangschule zum Übergang in Vollbelastung an Unterarmgehstützen
- Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau)
- Erarbeiten der korrekten Beinachse
- Aktivierung Zehenmuskulatur
- Training der Tiefensensibilität und Sensomotorik
- Kräftigung Hüft-, Knie- und Unterschenkelmuskulatur
- Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro)
- Ganzheitliche Vorbereitung auf Vollbelastung:
Manuelle Therapie an Knie, Hüfte, Becken und Lendenwirbelsäule

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **nach 6 Wochen**
- Physiotherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: Eingangsanalyse **nach 6 Wochen**
- Beginn Medizinische Trainingstherapie **nach 6 Wochen, 1-2x pro Woche**

Phase 3 (7.-12. Woche postoperativ)

**ZIEL: HERSTELLEN DER VOLLEN BEWEGUNGSFÄHIGKEIT,
KRÄFTIGUNG**

Patienteninformation:

- Vacopedes abtrainieren
- Ergometer/Radfahren/Schwimmen erlaubt
- **NICHT** Joggen/Laufen
- Aktives Bewegen des Fußes

Therapeuteninformation:

- Passive-aktive Mobilisation OSG/USG im freien ROM
- Gangschule ohne Vacopedes
- Training Sensomotorik ohne Vacopedes
- Statische Stabilisation der korrekten Beinachse
- Kräftigung Hüft-, Knie-, USCH- und Zehenmuskulatur

Wichtige Hinweise:

Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Praxis

Nymphenburger Straße 110
80636 **München**

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 **Gräfelfing**

Im Loh 1 | TennisBase
82041 **Oberhaching**

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing

Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte

WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere



Spezialisierte orthopädische Chirurgie
Arthroskopie, Sporttraumatologie
Physiotherapie, med. Training, Testing



Z F O S
**ZENTRUM FÜR
ORTHOPÄDIE &
SPORTMEDIZIN**

ZFOS – PartG Orthopäden & Unfallchirurgen
Nymphenburger Straße 110 | 80636 München

- Ärztliche Kontrolle **bei Bedarf**
- Physiotherapie **bei Bedarf**
- **Medizinische Trainingstherapie 2-3x pro Woche**



Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Praxis

Nymphenburger Straße 110
80636 **München**

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 **Gräfelfing**

Im Loh 1 | TennisBase
82041 **Oberhaching**

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing

Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte

WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere



Phase 4 (ab der 13. Woche postoperativ)

ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT

Patienteninformation:

- Joggen nach Absprache mit Arzt
- Wiedereingliederung in Sport
- Kontaktsportarten nach Absprache mit dem Arzt

Therapeuteninformation:

- Aktive endgradige Mobilisation
- Dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse
- Kräftigung gesamte UEX
- Schnell- und Reaktivkrafttraining
- Sprung-Training
- Lauschule am Laufband
- Training sportartspezifischer Bewegungsmuster

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **bei Bedarf**
- Physiotherapie bei Bedarf
- Medizinische Trainingstherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: **Kontrollanalyse nach 5 Monaten**