



Behandlungsleitfaden

KOMPLEXE RÜCKFUßREKONSTRUKTION / ARTHRODESE OSG/RÜCKFUß/LISFRANCEGELENK / KORREKTUROSTEOTOMIE CALCANEUS

DIESES SCHEMA MUSS INDIVIDUELL ANGEPAST 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/Bereichs - Orthese/Unterarmgehstützen nach Absprache mit dem Arzt	Therapeuteninformation: - Vorbereitung auf Unterarmgehstützen - Vorbereitung auf Teilbelastung - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur - 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 Vapoped für insgesamt 12 Wochen - Unterschenkelschiene nachts für insgesamt 6 Wochen - Sohlenkontakt an Unterarmgehstützen für insgesamt 6 Wochen MINDESTENS 10 Wochen Unterarmgehstützen - Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgehstützen möglich)	Therapeuteninformation: - Manuelle Lymphdrainage - Passive-aktive Mobilisation der Zehengelenke - Passive-aktive Mobilisation in DE/PF im freien ROM - Erlernen der Muskelmantelspannung UEX - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) - Gangschule mit Unterarmgehstützen - Ganzheitliche Vorbereitung auf Vollbelastung: Manuelle Therapie an Knie, Hüfte, Becken



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





	und Lendenwirbelsäule
Wichtige Hinweise: • Ärztliche Kontrolle 2 Wochen postoperativ • Physiotherapie ab 1. Tag postoperativ, 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 2 (3.-6. Woche postoperativ)	
ZIEL: MOBILISATION, MUSKULÄRE STABILITÄT, VERBESSERUNG DER SENSOMOTORIK	
Patienteninformation: • Vacoped und Unterschenkelschiene nachts für weitere 4 Wochen • Sohlenkontakt an Unterarmgestützen für weitere 4 Wochen • Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgestützen möglich) • Schmerzfreies Bewegen des Fußes und der Zehen erlaubt	Therapeuteninformation: • Manuelle Lymphdrainage • Passive-aktive Mobilisation in DE/PF im freien ROM • Gangschule mit Unterarmgestützen • Training Tiefensensibilität von Knie und Hüfte • Kräftigung Hüft- und Kniemusculatur • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro)
Wichtige Hinweise: • Ärztliche Kontrolle nach 2 und 6 Wochen • Physiotherapie 2-3x pro Woche	

Phase 3 (7.-12. Woche postoperativ)	
ZIEL: HERSTELLEN DER VOLLEN BEWEGUNGSFÄHIGKEIT, KRÄFTIGUNG	
Patienteninformation: • Vacoped für weitere 6 Wochen • Unterschenkelschiene nachts ablegen • Schmerzadaptierte Belastung an Unterarmgestützen für: 2 Wochen 20 kg 2 Wochen 40 kg 2 Wochen Vollbelastung • Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgestützen möglich) • Nach Erreichen der Vollbelastung Standfahrrad erlaubt	Therapeuteninformation: • Passive-aktive Mobilisation in OSG/USG im freien ROM • Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) • Training Sensomotorik mit Vacoped • Erarbeiten der korrekten Beinachse im Vacoped • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) • Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Zehenmuskulatur • Gangschule ohne Unterarmgestützen • Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: - Manuelle Therapie an Knie, Hüfte, Becken und Lendenwirbelsäule



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



Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **nach 3 Monaten**
- Physiotherapie **1-2x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: Eingangsanalyse **nach 12 Wochen**
- Beginn Medizinische Trainingstherapie **nach 6 Wochen, 1-2x pro Woche**

Phase 4 (ab der 13. Woche postoperativ)

ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT

Patienteninformation:

- Abtrainieren des Vacoped
- Gehen ohne Unterarmgehstützen und Vacoped
- Radfahren erlaubt
- Joggen nach Absprache mit dem Arzt/Therapeut
- Wiedereingliederung in den Sport nach Absprache mit dem Arzt/Therapeut
- Kontaktsportarten nach Absprache mit dem Arzt/Therapeut

Therapeuteninformation:

- Aktive endgradige Mobilisation
- Gangschule ohne Vacoped
- Training der Sensomotorik ohne Vacoped
- Statische und dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse
- Kräftigung von Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Zehenmuskulatur
- Schnelkraft- und Reaktivkrafttraining
- Training sportartspezifischer Bewegungsmuster

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **nach 6 und 12 Monaten**
- Physiotherapie bei Bedarf
- Medizinische Trainingstherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: **Kontrollanalyse nach 8 Monaten**

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

