



Behandlungsleitfaden

LAPIDUS ARTHORDESE / OSTEOSYNTHESE BASISFRAKTUR MT V

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/Bereichs - Unterarmgehstützen und Konfektionsschuh (Vacoped/Vacopedes) wie vom Arzt verordnet - Organisation aller Notwendigkeiten im privaten und beruflichen Umfeld	Therapeuteninformation: - Manuelle Lymphdrainage - Vorbereitung auf Teilbelastung - Vorbereitung auf Unterarmgehstützen - Mobilisation angrenzender Gelenke - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - 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 - Bei Lapidus → für insgesamt 6 Wochen Vacoped und Unterschenkelschiene zu Nacht - Bei Osteosynthese → für insgesamt 6 Wochen Vacopedes - Für insgesamt 2 Wochen 20kg Teilbelastung an Unterarmgehstützen - Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung im Konfektionsschuh (Gehen ohne Unterarmgehstützen), MINDESTENS 6 Woche	Therapeuteninformation: - Manuelle Lymphdrainage - Passive-aktive schmerzfreie Mobilisation des OSG im freien ROM - Bei Lapidus → Mobilisation Großzehengrundgelenk ab 7. Tag postoperativ - Erlernen Muskelmantelspannung UEX - Gangschule mit Unterarmgehstützen - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) - Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: Manuelle Therapie an Knie,



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





	Hüfte, Becken 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: • Tragen des Vacoped/Vacopedes für weitere 4 Wochen • Übergang in Vollbelastung schmerzadaptiert • Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung im Konfektionsschuh (Gehen ohne Unterarmgehstützen), WEITERE 4 Wochen • Aktives Bewegen des Sprunggelenks und der Zehen im schmerzfreien Bereich • Bei Lapidus → Tragen der Unterschenkelschiene für weitere 4 Wochen	Therapeuteninformation: • Passive-aktive Mobilisation im schmerzfreien Bereich • Gangschule an Unterarmgehstützen zum Übergang in Vollbelastung • Training Tiefensensibilität und Sensomotorik • Gangschule im Vacoped/Vacopedes • Erarbeiten der korrekten Beinachse im Vacoped/Vacopedes • Kräftigung Hüft-, Knie-, USCH- und Zehenmuskulatur • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro)
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: • Abtrainieren des Vacoped/Vacopedes • Ergometer/Radfahren erlaubt • Schwimmen ab der 8. Woche erlaubt	Therapeuteninformation: • Endgradige passive-aktive Mobilisation des OSG und der Zehen • Training der Tiefensensibilität • Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) • Statische Stabilisation der korrekten Beinachse • Gangschule ohne



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



	Konfektionsschuh Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Zehenmuskulatur
Wichtige Hinweise: - Ärztliche Kontrolle nach 3 Monaten - Physiotherapie 1-2x pro Woche - 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

Phase 4 (ab der 13. Woche postoperativ)	
ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT	
Patienteninformation: - Joggen/Laufen nach Absprache mit dem Arzt/Therapeut - Ballsportarten ab dem 3. Monat erlaubt	Therapeuteninformation: - Aktive endgradige Mobilisation - Dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse - Training Sensomotorik - Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Zehenmuskulatur - Laufschule am Laufband - Schnell- und Reaktivkrafttraining - Sprung-Training - Training sportartspezifischer Bewegungsmuster
Wichtige Hinweise: - Ärztliche Kontrolle bei Bedarf - Physiotherapie bei Bedarf - Medizinische Trainingstherapie 2-3x pro Woche - Apparative Funktionsdiagnostik: Kontrollanalyse nach 6 Monaten	

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

