



Behandlungsleitfaden

HÜFT-TEP (Dr. Rummel)

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 - Schmerzfreie Belastung des betroffenen Gelenks in Alltag und Sport - Organisation aller Notwendigkeiten im privaten und beruflichen Umfeld	Therapeuteninformation: - Vorbereitung auf Teilbelastung - Vorbereitung auf Unterarmgehstützen - Schmerzfreie Mobilisation des betroffenen Gelenks - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - Aufklärung zu Wundheilung und Nachbehandlungsprozessen
Wichtige Hinweise: - Physiotherapie ab 1. Tag, 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 - Schmerzfreie Teilbelastung 20kg an Unterarmgehstützen für insgesamt 2 Wochen - Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgehstützen) KEINE Beugung über 90°, KEINE Außenrotation, KEINE Adduktion (Führen des Beines über die Mittellinie) für insgesamt 6 Wochen	Therapeuteninformation: - Manuelle Lymphdrainage - Passive-aktive Mobilisation Hüftgelenk im vorgegebenem ROM: EX/FLEX frei/0/90; ABD/ADD frei/0/0; ARO/IRO 0/0/0 - Erlernen der Muskelmantelspannung UEX - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - Gangschule mit Unterarmgehstützen - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro, Tape) - Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: Manuelle Therapie an Fuß, Knie, 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: - Abtrainieren der Unterarmgehstützen über 2 Wochen - Schmerzfreies Gehen ohne Unterarmgehstützen - Standfahrrad/Ergometer mit hohem Sitz - Aquagymnastik erlaubt KEINE Beugung über 90°, KEINE Außenrotation, KEINE Adduktion (Führen des Beines über die Mittellinie) für insgesamt 6 Wochen NICHT Schwimmen	Therapeuteninformation: - Passive-aktive Mobilisation Hüftgelenk im vorgegebenem ROM: EX/FLEX frei/0/90; ABD/ADD frei/0/0; ARO/IRO 0/0/0 - Gangschule ohne Unterarmgehstützen - Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) - Training Tiefensensibilität - Erarbeiten der korrekten Beinachse - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro, Tape) - Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: Manuelle Therapie an Fuß, Knie, 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	

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

Phase 3 (7.-12. Woche postoperativ)	
ZIEL: HERSTELLEN DER VOLLEN BEWEGUNGSFÄHIGKEIT, KRÄFTIGUNG	
Patienteninformation: - Keine Einschränkungen des Bewegungsausmaßes mehr - Ergometer/Radfahren erlaubt - Spaziergänge ohne Unterarmgehstützen ggf. Untersützung mit Nordic Walking Stöcken - Aquagymnastik und Schwimmen erlaubt (keine Froschbewegungen, nur Paddeln) KEINE Sprünge, NICHT Joggen	Therapeuteninformation: - Passive-aktive Mobilisation im freien ROM - Statische Stabilisation der korrekten Beinachse - Rumpfstabilisation - Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur
Wichtige Hinweise: - Ärztliche Kontrolle nach 3 Monaten - Physiotherapie 1-2x pro Woche - Medizinische Trainingstherapie 2-3x pro Woche	

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)
--



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



ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT

Patienteninformation:

- Brustschwimmen erlaubt
- **KEINE** Sprünge vor Rücksprache mit dem Arzt
- **KEINE** Kontaktsportarten vor Rücksprache mit dem Arzt
- **NICHT** Joggen
- Wiederaufnahme Sprünge und Sport im Wettkampf nach Rücksprache mit Arzt/Therapeut

Therapeuteninformation:

- Aktive endgradige Mobilisation
- Dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse
- Rumpstabilisation
- Kräftigung der Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur
- Schnellkraft- und Reaktivkrafttraining nach Absprache mit dem Arzt
- Training sportartspezifischer Bewegungsmuster nach Absprache mit dem Arzt

Wichtige Hinweise:

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

