

Nachbehandlungsschema

WEIL-OSTEOTOMIE / PIP-ARTHRODESE

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	Therapeuteninformation
<ul style="list-style-type: none"> Schonung des betroffenen Gelenks/Bereichs Organisation aller Notwendigkeiten im privaten und beruflichen Umfeld 	<ul style="list-style-type: none"> Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) Kräftigung Hüft-ABD und Hüft-ARO Vorbereitung auf Unterarmgehstützen Aufklärung zu Wundheilung und Nachbehandlungsprozessen

Wichtige Hinweise:

- Physiotherapie **ab sofort, 1x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik und Medizinische Trainingstherapie **nach Absprache mit dem Arzt**

Phase 1 (1.-2. Woche postoperativ):

ZIEL: REIZFREIHEIT, SCHMERZFREIHEIT, MOBILISATION

Patienteninformation	Therapeuteninformation
<ul style="list-style-type: none"> Hochlagerung und Kühlen Tragen des Verbandschuhs für insgesamt 4 Wochen Schmerzfrie Vollbelastung im Verbandschuh ist erlaubt, kurzschrittiger Gang unter VERMEIDUNG DER ABROLLPHASE Unterarmgehstützen bei Bedarf (Schmerzen beim Gehen, Gangunsicherheit) Heparinspritzen bis Erreichen der Vollbelastung (Gehen ohne Unterarmgehstützen) Schmerzfrie Bewegungen des Sprunggelenks erlaubt <u>Bei PIP-Arthrode</u> → Drahtentfernung in 4 Wochen 	<ul style="list-style-type: none"> Manuelle Lymphdrainage Gangschule an Unterarmgehstützen bei Bedarf mit kurzschrittigem Gang unter VERMEIDUNG DER ABROLLPHASE Erlernen der Muskelmantelspannung UEX Passive-aktive Mobilisation des OSG im freien ROM Ab 7. Tag postoperativ Mobilisation der Zehen im freien ROM (v.A in Flexion) Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) Ganzheitliche Vorbereitung auf Vollbelastung: Manuelle Therapie an Knie, Hüfte, Becken und Lendenwirbelsäule

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **2 Wochen postoperativ**
- Bei PIP-Arthrode → Drahtentfernung in 4 Wochen
- 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
- Dr.Mrosek* Sportorthopädie
- Dr.Seeliger* Orthopädie

* angestellte Fach/ÄrztInnen

Nymphenburger Straße 110
 D-80636 München



www.zfos.de

Praxis

+49 (0) 89 / 1 29 20 33
 sekretariat@zfos.de

Physio, Training & Testing

+49 (0) 89 / 1 29 94 70
 physio@zfos.de

Filiale

Im Loh 1, Tennisbase
 D-82041 Oberhaching
 +49 (0) 89 / 1 29 20 33

Ambulante und stationäre Operationen

ZFOS - Belegabteilung
 WolfartKlinik Gräfelfing
 +49 (0) 89 / 8587-0

Betreute Vereine/Verbände:



ZFOS | Nymphenburger Straße 110 | D-80636 München

Phase 2 (3.-6. Woche postoperativ):

ZIEL: MOBILISATION, MUSKULÄRE STABILITÄT, VERBESSERUNG DER SENSOMOTORIK

Patienteninformation	Therapeuteninformation
<ul style="list-style-type: none"> • Tragen des Verbandschuh für weitere 2 Wochen • Gehen ohne Unterarmgehstützen • Aktive Bewegung des Sprunggelenks und der Zehen im schmerzfreien Bereich • <u>Bei PIP-Arthrodese</u>: Drahtentfernung in 2 Wochen • Radfahren erlaubt • KEINE Lauf- und Sprungbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> • Passive-aktive Mobilisation OSG, USG, Fußwurzelknochen, Metatarsale und Zehengelenke • Lokale Stabilisation Fuß (Fußgewölbeaufbau) • Training Tiefensensibilität und Sensomotorik • Erarbeiten der korrekten Beinachse • Kräftigung der Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro)

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **nach 4 und 6 Wochen**
- Physiotherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: Eingangsanalyse **in beiden Fällen → nach 6 Wochen**
- Beginn Medizinische Trainingstherapie **in beiden Fällen → nach 6 Wochen, 1-2x pro Woche**

Phase 3 (7.-12. Woche postoperativ):

ZIEL: HERSTELLEN DER VOLLEN BEWEGUNGSFÄHIGKEIT, KRÄFTIGUNG

Patienteninformation	Therapeuteninformation
<ul style="list-style-type: none"> • Radfahren und Schwimmen erlaubt • Joggen nach Absprache mit dem Arzt/Therapeuten • KEINE Sprünge 	<ul style="list-style-type: none"> • Passive-aktive endgradige Mobilisation in allen Gelenken • Statische und dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse • Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur • Gang- und Lauschule am Laufband

Wichtige Hinweise:

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

Phase 4 (ab der 13. Woche postoperativ):

ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT

Patienteninformation	Therapeuteninformation
<ul style="list-style-type: none"> • Joggen erlaubt • Sprünge erlaubt • VOR Beginn einer sportlichen Belastung Rücksprache mit dem Arzt/Therapeuten halten 	<ul style="list-style-type: none"> • Aktive endgradige Mobilisation • Statische und dynamische Stabilisation der korrekten Beinachse • Kräftigung Hüft-, Knie-, Unterschenkel- und Fußmuskulatur • Schnell- und Reaktivkrafttraining • Sprung-Training • Training sportartspezifischer Bewegungsmuster

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **bei Bedarf**
- Physiotherapie **bei Bedarf**



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

* angestellte Fach/ÄrztInnen

Nymphenburger Straße 110
 D-80636 München



www.zfos.de

Praxis

+49 (0) 89 / 1 29 20 33
 sekretariat@zfos.de

Physio, Training & Testing

+49 (0) 89 / 1 29 94 70
 physio@zfos.de

Filiale

Im Loh 1, Tennisbase
 D-82041 Oberhaching
 +49 (0) 89 / 1 29 20 33

Ambulante und stationäre Operationen

ZFOS - Belegabteilung
 WolfartKlinik Gräfelfing
 +49 (0) 89 / 8587-0

Betreute Vereine/Verbände:



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

ZFOS | Nymphenburger Straße 110 | D-80636 München

- Medizinische Trainingstherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: Kontrollanalyse **nach 4 Monaten**

ZFOS

Z F O S

ZENTRUM FÜR
ORTHOPÄDIE &
SPORTMEDIZIN

NYMPHENBURGER STRASSE



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

* angestellte Fach/ÄrztInnen

Nymphenburger Straße 110
D-80636 München



www.zfos.de

Praxis

+49 (0) 89 / 1 29 20 33
sekretariat@zfos.de

Physio, Training & Testing

+49 (0) 89 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Filiale

Im Loh 1, Tennisbase
D-82041 Oberhaching
+49 (0) 89 / 1 29 20 33

Ambulante und stationäre Operationen

ZFOS - Belegabteilung
WolfartKlinik Gräfelfing
+49 (0) 89 / 8587-0

Betreute Vereine/Verbände:

