

Behandlungskonzept Pridie Bohrung OSG

Zeit	Behandlung
POST – OP: <i>Grundsätzlich</i>	<ul style="list-style-type: none"> · Antiphlogistika (z.B. Diclofenac, Ibuprofen) · Kurzzeits in Kombination mit dynamischen Bewegungsübungen · Resorptionsförderung/manuelle Lymphdrainage bei starken Schwellungen · Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung · erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: 30°/0°/30° · Teilbelastung 30 kg an Unterarmgehstützen
ab 2. Woche	<ul style="list-style-type: none"> · passive Physiotherapie mit Dehnung der Muskulatur · Manuelle Therapie · erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: 30°/0°/30° · Teilbelastung mit 30 kg
ab 3. Woche	<ul style="list-style-type: none"> · schmerzabhängige Belastungssteigerung, Übergang in die Vollbelastung
ab 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> · aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur · Weichmattentraining/Rüttelplatte · Koordination/Propriorezeption · Sportkarenz für 3 Monate