

## Behandlungskonzept Syndesmosenrekonstruktionsplastik mittels Tight- Rope-Versorgung OSG

Zeit	Behandlung
<b>POST – OP bis Ende der 1. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Teilbelastung mit 20 – 30 kg KG für 2 Wochen an Unterarmgehstützen mit angelegter OSG-Orthese (Airwalker)</li> <li>• Antiphlogistika (z.B. Diclofenac, Ibuprofen)</li> <li>• Kurzzeiteis in Kombination mit dynamischen Bewegungsübungen</li> <li>• Resorptionsförderung/manuelle Lymphdrainage bei starken Schwellungen</li> <li>• Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung</li> <li>• erlaubtes Bewegungsausmaß passiv Flex./Ext.: 10°/0°/30°</li> </ul>
<b>ab 2. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• passive Physiotherapie</li> <li>• ggf. Manuelle Therapie</li> <li>• erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: 10°/0°/30°</li> <li>• Teilbelastung mit 20 kg/KG unter TVT-Prophylaxe</li> </ul>
<b>3. bis 4. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• schmerzabhängige Belastungssteigerung mit Übergang in die Vollbelastung bei angelegtem Airwalker</li> <li>• aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur</li> <li>• erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: schmerzabhängig frei</li> </ul>
<b>ab 5. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Übergang Vollbelastung im Konfektionsschuh</li> <li>• Weichmattentraining/Rüttelplatte</li> <li>• Koordination/Propriorezeption</li> <li>• keine TVT-Prophylaxe mehr, wenn Vollbelastung im Konfektionsschuh gelingt</li> <li>• Sportkarenz für 8 Wochen und Freigabe nach Untersuchung GSK</li> </ul>