



Behandlungskonzept Pridie Bohrung OSG

| Zeit | Behandlung |
|---|--|
| POST – OP: <i>Grundsätzlich</i> | <ul style="list-style-type: none">• Entlastung für 2 Wochen an Unterarmgehstützen• Antiphlogistika (z.B. Diclofenac, Ibuprofen) mit Magenschutz (z.B. Pantozol)• Kurzzeiteis 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 Aufbau 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 |