

## ACHILLESSEHNENRUPTUR - OPERATIVE THERAPIE

Zeit	Woche 1 - 2	Woche 3 - 6	Woche 7 - 12	Ab Woche 12
<b>Hinweise für Patienten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ VacoPed in 30 Grad Plantarflexion und Keilsohle</li> <li>○ VacoPed Tag &amp; Nacht</li> <li>○ Beschwerdeabhängige Vollbelastung</li> <li>○ Außerhalb VacoPed Fuß immer im Spitzfuß halten</li> <li>○ Schuherhöhung kontralateral (EvenUp)</li> <li>○ Thromboseprophylaxe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ VacoPed Bewegung 0-30 Grad frei mit flacher Sohle</li> <li>○ VacoPed Tag &amp; Nacht</li> <li>○ Beschwerdeabhängige Vollbelastung</li> <li>○ Außerhalb VacoPed Fuß immer im Spitzfuß halten</li> <li>○ Schuherhöhung kontralateral (EvenUp)</li> <li>○ Thromboseprophylaxe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Vollbelastung ohne VacoPed</li> <li>○ Fersenerhöhung beidseits 1cm</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Leichte Sportbelastung nach Beschwerden</li> <li>○ Spitzenbelastung nach ca. 9 Monaten</li> </ul>
<b>Hinweise für Therapeuten</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Hochlagerung</li> <li>○ Kühlung</li> <li>○ Lymphdrainage</li> <li>○ Schonung bis Wundheilung</li> <li>○ Keine Bewegung OSG</li> <li>○ Gangschulung Gehstützen</li> <li>○ passive Beweglichkeit OSG</li> <li>○ Spitzfußprophylaxe</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Lymphdrainage</li> <li>○ Freie Bewegung 0-30 Grad Plantarflexion</li> <li>○ Kräftigung Muskulatur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Freie Beübung OSG ohne Belastung</li> <li>○ Gangschulung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>○ Freie Beübung OSG ohne Limitationen</li> <li>○ Kräftigung Muskulatur</li> <li>○ Propriozeptives Training</li> </ul>

- Fadenzug nach 14 Tagen