

KNORPELTHERAPIE SPRUNGGELENK - OPERATIVE THERAPIE

Zeit	Woche 1 - 6	Woche 7 - 8	Ab Woche 12
Hinweise für Patienten	<ul style="list-style-type: none"> ○ 20kg Teilbelastung an Unterarmgehstützen ○ Hochlagerung ○ Kühlung ○ Thromboseprophylaxe 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Vollbelastung ○ Freie Bewegung schmerzadaptiert 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Geringe Sportbelastung erlaubt ○ Spitzenbelastung nach 9 Monaten
Hinweise für Therapeuten	<ul style="list-style-type: none"> ○ Ggf. Lymphdrainage ○ passive Bewegung OSG ○ Vermeiden Pro- und Supination ○ Spitzfußprophylaxe ○ Gangschulung 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Vermeiden Pro- und Supination ○ Beübung Bewegung ○ Kräftigung Muskulatur 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Bei Bedarf

- Fadenzug nach 14 Tagen