

## Patellarsehnenruptur

Patient

OP

Zeit	Limitationen / Vorgaben	Physiotherapie
Woche 1 - 3	Teilbelastung mit 20 kg Axiale Vollbelastung in Streckstellung möglich  Kniegelenksorthese bei E/F 0-0-30° (z.B. Medi M4S)  Thromboseprophylaxe	Hochlagerung intermittierende Kühlung Gangschulung mit Unterarmstützen Lymphdrainage bei Bedarf ROM im Kniegelenk E/F 0-0-30° Motorschiene bis E/F 0-0-30° oder assistierte Beübung Isometrische Übungen dorsale Kette Keine aktive Streckung (z.B. aktives Heben des Beines aus der Schiene)
Woche 4 - 6	Teilbelastung mit 20 kg Axiale Vollbelastung in Streckstellung möglich  Kniegelenksorthese bei E/F 0-0-60°  Thromboseprophylaxe	Unterarmgehstützen Lymphdrainage bei Bedarf ROM im Kniegelenk E/F 0-0-60° Motorschiene bis E/F 0-0-60° und/oder assistierte Beugung Isometrische Übungen dorsale Kette Keine aktive Streckung (z.B. aktives Heben des Beines aus der Schiene)
Woche 7 - 8	Übergang zur Vollbelastung  Kniegelenksorthese bei E/F 0-0-90°	Abtrainieren Gehstützen ROM in Kniegelenk E/F 0-0-90° Aktive Streckung möglich
ab Woche 9	Vollbelastung ohne Orthese Sport nach erneuter Rücksprache	Langsames Abtrainieren der Schiene Kräftigung Koordinationsschulung Erarbeiten der vollen Kraft und Beweglichkeit im Kniegelenk
Ergänzungen		

Sprechstunde Campus Innenstadt:  
Leitung: Dr. J. Fürmetz  
Mittwochs ab 08:30 – 16:00 Uhr  
Terminvereinbarung: +49(0)89-4400-54040

Diese Behandlungsempfehlung dient auch der Information Ihres weiterbehandelnden Arztes/Ärztin.

Dem Patienten ausgehändigt am