

Meniskusteilresektion

Patient

OP

Zeit	Limitationen / Vorgaben	Physiotherapie
Woche 1 - 2	Bei Bedarf Unterarmstützen für wenige Tage zur Schmerzreduktion Beschwerdeadaptierte Vollbelastung erlaubt Beugung nicht über 90° Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung	Gangschulung mit Unterarmstützen Resorptionsförderung Lymphdrainage bei Bedarf bei Gelenkerguss: Hochlagerung intermittierende Kühlung Kompression Normales Gangbild spätestens nach einer Woche! Isometrische Übungen
ab Woche 3	keine Limitationen	Erarbeiten der vollen Kraft und Beweglichkeit im Kniegelenk Koordinationstraining Keine maximale Beugung unter Belastung
ab Woche 5	keine Limitationen Sport nach Rücksprache mit Arzt	Weitere Kräftigung Koordinationstraining Gezieltes Training kniegelenksübergreifende Muskulatur Keine maximale Beugung unter Belastung
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