

Nachbehandlungsplan

Knorpeltherapie

Ab Tag 1 nach der Operation:

- Mobilisation im Unterschenkelwalker mit 20kg Teilbelastung
- Verwendung von Unterarmgehilfen
- Dennoch bis zum Abschluss der Wundheilung tendenzielle Schonung und Hochlagerung empfohlen
- Thromboseprophylaxe
- Insbesondere ab trockenen Wundverhältnissen Mobilisation des oberen Sprunggelenks, dies in reiner Dorsalextension/Plantarflexion („hoch/runter“)
- Entfernung Nahtmaterial bei gesicherter Wundheilung ab dem 14. Postoperativen Tag

Ab der 7. Postoperativen Woche:

- Aufbelastung im Konfektionsschuh beschwerdeadaptiert (Richtwert: 20 kg/Woche)
- Knöchelbandage
- Thromboseprophylaxe bis der Unterschenkelwalker nicht mehr getragen wird
- Weiter Beübung/Propiorezeption der Beweglichkeit des oberen Sprunggelenks

Kontrolluntersuchung:

3 Monate nach der Operation