

Sehr geehrte Patientinnen und Patienten,

die partielle femorale Ruptur des vorderen Kreuzbandes bietet die Möglichkeit der **Healing Response** Therapie.

Nach der Operation ist initial eine Bewegungseinschränkung nötig und dann intensive Physiotherapie.

Empfehlungen:

Vereinbaren Sie rechtzeitig vor dem Eingriff Termine für die Physiotherapie zwei bis dreimal pro Woche. Ein Rezept erhalten Sie von uns.

Bringen Sie die 20° Softschiene als auch die Unterarmgehstützen mit in das Krankenhaus. Besorgen Sie sich auch die Hartrahmenorthese. Rezepte erhalten Sie von uns.

Besorgen Sie sich vor dem Eingriff die Thromboseschutzspritzen und NSAR Tabletten. Rezepte erhalten Sie von uns.

Kontrollen: 14 Tage, 6 Wochen, 12 Wochen, 6 Monate, 1 Jahr

Dies ist nur eine Leitlinie und an den individuellen Verlauf anzupassen!

Phase I

Woche 1-2 nach der Operation

Lagerung in 20° Immobilisationsschiene 14 Tage

Teilbelastung 20 kg KG für 14 Tage

Thromboseprophylaxe physikalisch und Spritze bis zur Vollmobilisation

Schmerzmittels / NSAR wie rezeptiert

Kühlung 3 x tgl. 15 min unter Hautschutz

Ggf. Kompressionsstrumpf

Physiotherapie:

Passive Bewegung ROM E/F 0/20/60°

Patellamobilisation

Abschwellende Maßnahmen, Lymphdrainage

Gangschule

Phase II

Woche 3-4 nach der Operation

Bedingung:

Kontrolle durch Operateur

Platelet Rich Plasma:

Ggf. PRP Infiltration Woche 3, 4, 5

Abtrainieren Unterarmgehstützen

Orthese:

Hartrahmenorthese 6-8 Wochen postoperativ.
Initial E/F 0/10/60° 4 Wochen, dann 0/10/90° bis zu 6 Wochen postoperativ. Zur Nacht Immobilisationsschiene

Physiotherapie:

Verbesserung Beweglichkeit

Sensomotorisches Training

Phase III

Woche 5-6 nach der Operation

Bedingung:

Kontrolle durch Operateur

Orthese:

Hartrahmenorthese 6-8 Wochen postoperativ.
ROM E/F 0/10/90° bis zu 6 Wochen postoperativ.
Zur Nacht weiter Immobilisationsschiene

Physiotherapie:

Passive Bewegung ROM E/F 0/10/90°

Verbesserung Beweglichkeit

Sensomotorisches Training

Phase III

Beginn Woche 7 nach der Operation

Bedingung:

Kontrolle durch Operateur Woche 6

Orthese:

Hartrahmenorthese abtrainieren.

Physiotherapie:

Freier Range Of Motion

Steigerung der Intensität des Herz-Kreislauf-
Programms; kein Laufen

Fortgeschrittene Propriozeptionsübungen

Initial bilaterale Kniebeuge mit geschlossener
kinetischer Kette

Multi-Ebenen-Hüftstärkung mit offener und
geschlossener kinetischer Kette

Geradaussportarten 3 Monate

Rotationssportarten 6 Monate

Nach Kontrolle Operateur

VKB – Healing Response

Dr. Eisele

