

Nachbehandlung nach OSG-Prothese

Zeit postoperativ	Behandlung und Medikation	Bewegungsumfang, Belastbarkeit und Hilfsmittel
1. bis 2. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Isometrie, Bewegungsübungen der angrenzenden Gelenke, Gangschule • Lymphdrainage, abschwellende Maßnahmen • Mobilisierung des OSG durch Manuelle Therapie zur Bewegungsoptimierung • Verbandwechsel und Wundpflege • Medikation: NSAR mit Magenschutz, Thromboseprophylaxe unter laufenden klinischen und laborchemischen Kontrollen bis zum Erreichen der Vollbelastung • Kryotherapie • Fadenzug 12. bis 14. Tag postoperativ 	<ul style="list-style-type: none"> • Einmalige Übertragung des Körpergewichts auf das betroffene Bein für zehn Sekunden am 1. postoperativen Tag • Postoperative dorsale Gipsschiene in Neutralstellung • Entlastung an zwei Unterarmgehstützen • Anlage eines angepassten Orthoparc-Walkers nach dem Fadenzug • Bewegungsumfang des OSG: Dorsal Ex/Plantar Flex 30°/0°/20° schmerzadaptiert
3. bis 4. Woche	Fortführung der o.g. Therapie nach Bedarf, <u>zusätzlich:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Narbenpflege/-mobilisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbelastung mit 20kg Teilbelastung an zwei Unterarmgehstützen im Walker
5. bis 6. Woche	Fortführung der o.g. Therapie nach Bedarf, <u>zusätzlich:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Koordinations-, Propriozeptions- und Gleichgewichtstraining • Röntgenkontrolle Ende 6. Woche 	<ul style="list-style-type: none"> • Schmerzadaptierte Aufbelastung bis zur Vollbelastung im Walker • Steigerung zur schmerzadaptierten vollen Bewegungsfreiheit des OSG
Ab der 7. Woche	Fortführung der o.g. Therapie nach Bedarf, <u>zusätzlich:</u> <ul style="list-style-type: none"> • Gerätetraining • Röntgenkontrolle nach 3, 6 und 12 Monaten 	<ul style="list-style-type: none"> • Bei knöcherner Konsolidierung Umstieg auf stabilen Schuh (Bsp. leichter Wanderschuh) • Sportspezifisches Training (Schwimmen, Fahrradergometer, etc.)

Wir weisen darauf hin, dass dieses Nachbehandlungsschema nur als Orientierung gelten kann und je nach klinischem Verlauf und Befund individuell angepasst werden muss.