



Sprunggelenks-Fraktur

Operative Therapie

Patient

OP-Datum

Zeit	Limitationen / Vorgaben	Physiotherapie
Woche 1 - 6	20 kg Teilbelastung an Gehstützen Keine Bewegungslimitationen Thromboseprophylaxe bis min. 20 kg Teilbelastung und >20° ROM in OSG erreicht	Hochlagerung Intermittierende Kühlung Lymphdrainage bei Bedarf Schonung bis Abschluss der Wundheilung OSG bewegungsstabil Vermeidung von Pro- und Supination Spitzfußprophylaxe Erhalt der Beweglichkeit (v.a. Dorsalextension) Gangschulung an Gehstützen
Woche 7 - 8	Übergang zur Vollbelastung Abtrainieren der Gehstützen Keine Spitzenbelastung	Beübung der Beweglichkeit des OSG ohne Limitationen (v.a. Dorsalextension) Kräftigung der Muskulatur Gangschulung
Woche 9 - 11	Vollbelastung ohne Gehstützen Keine Spitzenbelastung	Beübung der Beweglichkeit des OSG ohne Limitationen (v.a. Dorsalextension) Kräftigung der Muskulatur Propriozeptives Training Gangschulung
ab Woche 12	Sportbelastung erlaubt nach Maßgabe der Beschwerden Spitzenbelastung ca. 6 Monate nach Operation	bei Bedarf

Leitung: OA Prof. Dr. H. Polzer

Sprechstunden Campus Innenstadt:
 Dienstags 9:00 – 12:00 Uhr & ab 13:00 Uhr
 Donnerstags 09:00 – 12:00 Uhr
 Terminvereinbarung: +49(0)89-4400-54040

Sprechstunden Campus Großhadern:
 Donnerstags 08:30 – 13:00 Uhr
 Ansprechpartner: Priv. Doz. Dr. C. Ehrnthaller
 Terminvereinbarung: +49(0)89-4400-73505

Diese Behandlungsempfehlung dient auch der Information Ihres weiterbehandelnden Arztes/ Ärztin.
 Dem Patienten ausgehändigt am