



Operative Knorpeltherapie am Sprunggelenk

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 Vermeidung von Pro- und Supination Spitzfußprophylaxe Intensive Beübung der Beweglichkeit OSG Gangschulung an Gehstützen
Woche 7 - 8	Übergang zur Vollbelastung Abtrainieren der Gehstützen Keine Spitzenbelastung	Vermeidung von Pro- und Supination Intensive Beübung Beweglichkeit des OSG Gangschulung
Woche 9 - 11	Vollbelastung ohne Gehstützen Keine Spitzenbelastung	Intensive Beübung der Beweglichkeit des OSG Kräftigung der Muskulatur Propriozeptives Training Gangschulung
ab Woche 12	Geringe Sportbelastung (Schwimmen, Radfahren) erlaubt Spitzenbelastung ca. 9 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. Ehrnhaller
 Terminvereinbarung: +49(0)89-4400-73505

Diese Behandlungsempfehlung dient auch der Information Ihres weiterbehandelnden Arztes/ Ärztin.

Dem Patienten ausgehändigt am