

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

Prof. Dr. med. Sabine Ochman
Dr. med. Alexander Milstrey
Dr. med. Stella Gartung
Ann-Sophie Weigel

Patientenetikett

Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie

Univ.-Prof. Dr. med. Michael Raschke
Direktor

Waldeyerstraße 1
48149 Münster

T +49 (0)2 51 - 83 – 56313

F +49 (0)2 51 - 83 – 56318

Vermittlung: T +49 (0)2 51 - 83 - 0

uch-leitstelle@ukmuenster.de
www.traumacentrum.de

Nachbehandlungsschema nach Sprunggelenks-Arthroskopie ohne komplex-rekonstruktivem Eingriff

1. Phase: 1. – 7. postop. Tag

Entlastung

- ✓ Orthesenfreie Nachbehandlung
- ✓ 5 Tage Entlastung an Unterarmgehstützen
- ✓ In der ersten Woche regelmäßige elastokompressive Wickelung des Fußes und des Unterschenkels
- ✓ erlaubte Bewegungsumfänge passiv und aktiv frei
- ✓ unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Hochlegen des Beines
- ✓ Regelmäßige Wundkontrollen durch den niedergelassenen Kollegen
- ✓ Gewichtsadaptierte Thromboseprophylaxe

2. Phase: Ab dem 7. Postoperativen Tag

Übergang zur Vollbelastung

- ✓ Entfernung des Hautnahtmaterials bei reizfreien Wundverhältnissen 14 Tage postoperativ
- ✓ Ab dem 8. Tag postoperativ kann schmerzadaptiert mit der Aufbelastung begonnen werden
- ✓ Fortführung der Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung >6 Stunden / Tage

3. Phase: Ab der 3. Woche postoperativ

Planung der Rückkehr zu Arbeit und Sport

- ✓ Ggf. physiotherapeutische Beübung zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit und der Mobilität, auch in Eigenregie
- ✓ Abhängig vom Eingriff Wiederaufnahme der sportlichen Tätigkeiten