



Nachbehandlung nach Matrixinduzierter autologer Chondrocytentransplantation (ACT/MACT) am Kniegelenk

Bemerkung Arzt:	
------------------------	--

Zeit postoperativ	Belastung	Bewegung / Hilfsmittel		Therapie
		Femurkondylen	Patellofemoral	
Phase I	Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung			
1. Woche	<ul style="list-style-type: none"> 10 kg Teilbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> Immobilisationsschiene (Mecron) 	<ul style="list-style-type: none"> Immobilisationsschiene (Mecron) 	<ul style="list-style-type: none"> aktive Fußhebung Gangschule mit Unterarmgehstützen ggf. Lymphdrainage
Phase II	Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung / Mobilisation im vorgegebenen Bewegungsausmaß			
2.-6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> 10 kg Teilbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> Orthese 0/0/90 bei Bewegungen und Aufstand zur Nacht Mecronschiene Motorschiene 0/0/90 	<ul style="list-style-type: none"> Orthese 0/0/30 bei Bewegungen und Aufstand zur Nacht Mecronschiene In Extension langsame Belastungssteigerung bis Vollbelastung 	zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Erarbeiten des erlaubten Bewegungsumfanges Beinachsentraining Weichteiltechniken Beginn mit vorsichtigen isometrischen Übungen Patellamobilisation und aktive Kniestreckung (Nicht bei Knorpelzelltransplantation patellofemoral!)
Phase III	Ziel: Voller Bewegungsumfang / Belastungsaufbau			
7.-12. Woche	<ul style="list-style-type: none"> Vollbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> rasche Belastungssteigerung bis Vollbelastung vollen Bewegungsumfang anstreben 	<ul style="list-style-type: none"> rasche Belastungssteigerung bis Vollbelastung vollen Bewegungsumfang anstreben 	zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> sensomotorisches und koordinatives Training Beginn Kraft- /Ausdauertraining
Phase IV	Ziel: Wiederlangen der vollen Gebrauchsfähigkeit / ambulante Komplexbehandlung bzw. Rehabilitation			
13.-16. Woche		<ul style="list-style-type: none"> Alltagsbelastung ohne Einschränkungen 	<ul style="list-style-type: none"> Alltagsbelastung ohne Einschränkung Ausnahme: Keine tiefe Hocke! 	zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Belastungssteigerung, Koordinationstraining (Verbesserung Kraft / Ausdauer) Radfahren, Schwimmen
Phase V	Ziel: uneingeschränkte Alltagsbelastung			
ab 17. Woche		<ul style="list-style-type: none"> sportartenspezifisches Training für Sprung- und Laufsportarten sowie Sportarten mit hohem Sturzrisiko erst nach 24 Monaten erlaubt! 		zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Intervalltraining ohne Lauf- und Sprungübungen (RTS / RTC)

Bei unserem Nachbehandlungskonzept handelt es sich um eine zeitliche Orientierung und Einstufung. Die Zeitspannen können je nach individuellem Verlauf unterschiedlich ausgeprägt sein. Sprechen sie mit dem behandelnden Arzt, um dieses bewährte Nachbehandlungsschema an die persönlichen Bedürfnisse anzupassen.