



Nachbehandlung nach Tibiakopffraktur

Bemerkung Arzt:	<input type="checkbox"/> laterale Tibiakopffraktur: varisierende Orthese <input type="checkbox"/> mediale Tibiakopffraktur: valgierende Orthese <input type="checkbox"/> komplexe Tibiakopffraktur: Neutralorthese
------------------------	--

Beginn postoperativ	Belastung	Bewegung / Hilfsmittel	Therapie
Phase I	Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung / Beweglichkeit (0/0/60°)		
1. Tag	<ul style="list-style-type: none"> Aufstand ohne Belastung 	<ul style="list-style-type: none"> Ruhigstellung in Mecronschiene UAG – Stützen 	<ul style="list-style-type: none"> aktive Fußbewegungen
2.-14. Tag	<ul style="list-style-type: none"> 10 kg Teilbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> varisierende / valgierende / neutrale Orthese bei Belastung UAG – Stützen EMS: Quadriceps 	Zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Gangschule mit Unterarmstützen kontralaterales Training ggf. Lymphdrainage
Phase II	Ziel: Schmerzlinderung / Verbesserung Beweglichkeit (0/0/90°)		
3.-6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> 20 kg Teilbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> Orthese unlimitiert bei Belastung Motorschiene ohne Limitierung UAG- Stützen EMS: Quadriceps 	zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Steigerung der Beweglichkeit Muskelaufbautraining
Phase III	Ziel: Voller Bewegungsumfang / Belastungsaufbau		
7.-8. Woche	<ul style="list-style-type: none"> Belastungsaufbau bis Vollbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> keine Orthese mehr erforderlich UAG – Stützen abtrainieren 	<ul style="list-style-type: none"> Mobilisation bis zur vollen Beweglichkeit sensomotorisches und koordinatives Training Beinachsentraining Kraft-/Ausdauertraining
Phase IV	Ziel: Wiedererlangen der vollen Gebrauchsfähigkeit / Beginn sportartspezifischer Übungen / Beginn mit ambulanter Komplexbehandlung bzw. Rehabilitation nach Abschluss der Knochenheilung		
9.-12. Woche			zusätzlich: <ul style="list-style-type: none"> Individuelle Entscheidung über Wiederaufnahme sportliche Betätigung (RTS/RTC) Metallentfernung frühestens nach einem Jahr

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.