



## Nachbehandlungsschema: Meniskusnaht

1. - 6. Woche, bis Nachkontrolle	<b>Limiten / Belastung</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>- 15 kg Teilbelastung für 6 Wochen</li> <li>- <b>aktiv und passiv</b> Flex 60°, Ext 0° oder nach Angaben des Operateurs</li> </ul>
ab 1. postoperativem Tag	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Passive und aktive Mobilisation bis Schmerzgrenze</li> <li>- Instruktion Thromboseprophylaxe</li> <li>- Instruktion Lagerung</li> <li>- Instruktion Mobilisation an Unterarmgehstöcken im 3 PG</li> <li>- Kinetec Anpassung nach Redonentfernung</li> </ul>
Ziele bis Austritt	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Mobil auf Treppe und Gang an Unterarmgehstöcken</li> <li>- Mantelspannung</li> <li>- Aktive Flex / Ext</li> </ul>
1. - 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> <li>- 3 PG, Gangschulung</li> <li>- Gelenkmobilisation aktiv und passiv</li> <li>- bis 2 Wochen 60° Flex, ab 2 Wochen bis 6 Wochen 90° Flex</li> <li>- Narbenmobilisation nach abgeschlossener Wundheilung</li> </ul>
ab 7. Woche, nach Nachkontrolle	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Keine Limiten, Vollbelastung</li> <li>- Funktionelle Übungen nach individuellem Bedürfnis und Rehaziel</li> <li>- Sport in Absprache mit dem behandelnden Arzt</li> </ul>

Allfällige Ergänzungen oder Abweichungen auf der physiotherapeutischen Verordnung sind zu beachten und als verbindlich zu betrachten.