

Nachbehandlung bei Kniegelenkersatz (TEP)



Die Nachbehandlung

richtet sich immer nach den Empfehlungen im OP-Bericht bzw. dem Krankenhausbericht. Weiterbehandelnde Ärzte und Physiotherapeuten sollten diese Hinweise unbedingt beachten.

Nachfolgendes Therapieschema ist für die meisten Fälle vorgesehen:

1. postoperative Woche (im Krankenhaus)

Fäden-/Klammernentfernung nach 10.-14 Tagen

Thromboseprophylaxe mind. für 30 Tage

Lokale Eiswendungen am Knie für die ersten post OP Tage.

1. Tag: Vorsichtige Mobilisation aus Bett mit Hilfe in Abhängigkeit von Kreislauf und Anästhesieverfahren (Schmerzkatheter schwächen willkürliche Muskulatur)
Vollbelastung mit Unterarmgehstützen erlaubt
Assistive Bewegung des Kniegelenkes unmittelbar nach der OP schon mit Motorschiene (CPM) und Physiotherapie möglich, fossiert nach 2 Tagen postop nach Drainagenentfernung
Kniegelenkstreckung selbstständig fordern durch möglichst selten Kissenunterlagerung in Kniekehle, sondern Streckübungen im Bett mit Unterlagerung unter Ferse (mehrfach täglich)
Aufstehen regelmäßig und Gangübungen mit Unterarmgestöcken fossiert,
ab dem **2. Post OP Tag.**

Physiotherapeutische Betreuung mit Bewegungsförderung in die Streckung (Gleit-, Traktions- und anguläre Techniken) und in die Beugung bis 90 Grad fossieren. Mobilisierung im Dreipunkte Gang, Treppengang.

2.- 4. postoperative Woche (Rehabilitationseinheit)

Verlegung nur bei trockenen Wundverhältnissen, dann auch Wassergymnastik möglich

Physiotherapie: Förderung von Beugung und Streckung auch gegen Widerstand, Propriozeptionstraining zur guten Stabilisierungsfähigkeit ohne Nutzung der Maximalkraft, Gangtraining mit Übergang zum 2 Punktengang.

Nutzung von beiden Unterarmgestöcken für min. 6 Wochen.

ab 4. postoperativer Woche (ambulante Therapie)

Vorstellung in der Praxis schon aus Reha vereinbaren und unmittelbaren Termin ausmachen.

Verordnung von weiterer ambulanter Krankengymnastik zur Förderung von aktiver und passiver Beweglichkeit, Kraftsteigerung, Schulung des Gangbildes mit und ohne Hilfsmittel, Unterstützung bei sportlichen Aktivitäten. Anlernen und Abfragen von Eigenübungen
Aktivitäten

Fahrradfahren: Standfahrrad, wenn erforderliche Beweglichkeit erreicht ist (ggf. in Reha), frei

nach 3. Monat

Schwimmen: bei sicherem Gang zum Pool nach 6-8 Wochen

Viele Sportarten können nach 3-6 Monaten wieder ausgeführt werden. Welche günstig oder ungünstig sind besprechen Sie mit Ihrem Arzt

Autofahren: meist nach 4 Wochen möglich, aber abhängig von Schmerz und Beweglichkeit
Die Rehabilitation nach KTEP ist zum Teil recht individuell in ihren Fortschritten. Eine Vergleichbarkeit zwischen Hüft- und Kniegelenkersatz im Rehabilitationsverlauf ist nicht möglich.