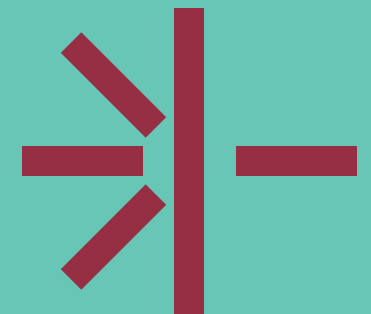


Tibiaosteotomie

Empfehlung für die Nachbehandlung



Tibiaosteotomie

| | 0. – 6. Woche | Ab 7. Woche | Ab 13. Woche |
|-----------------------|---|--|--|
| Orthese | Keine | Keine | |
| ROM | Flexion/Extension 90/0/0 | Frei | |
| Belastung | 4 Wochen Teilbelastung (½ Körpergewicht), dann Übergang zu Vollbelastung | Vollbelastung | |
| Physiotherapie | Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Beweglichkeitsverbesserung Sensomotorisches Training Gangschule an Gehstöcken Funktionelles Krafttraining Grundlagenausdauer | Sensomotorisches Training Gangschule Funktionelles Krafttraining Grundlagenausdauer | Schnelligkeits-/Reaktivtraining Sportartspezifisches Training |
| Sport | Fahrradergometer | Fahrradergometer | Fahrrad, Jogging, Schwimmen, Kontaktsportarten (erst ab 6 Monaten) |

Bei diesen Angaben handelt es sich um allgemeingültige Richtlinien; bitte schriftliche chirurgische Verordnung beachten. Die Sportaufnahme erst, wenn es die funktionelle Testung erlaubt und sie von ärztlicher Seite freigegeben wird. Die Erlaubnis zur selbständigen Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt individuell festgelegt.

Alltagsaktivitäten fördern: diese sollten eine Mindestdauer von 10 Minuten haben und jeden Tag mindestens 30 Minuten durchgeführt werden (Buckley et al. 2015, Pulsford et al. 2015).