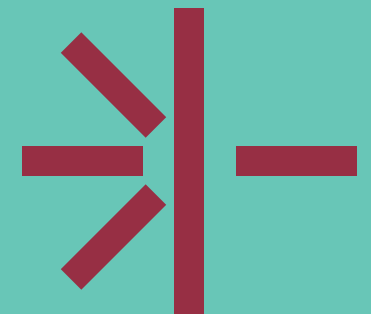


# OSG Arthrodesese

Empfehlung für die Nachbehandlung



## Untere Extremitäten

## OSG Arthrodese

	0. – 6. Woche	7. – 12. Woche	13. Woche
<b>Orthese</b>	VACOped bei Mobilisation Jeansschiene zur Lagerung	Keine	
<b>ROM</b>	Inversion/ Eversion: keine Dorsalextension/Plantarflexion: keine	Frei	
<b>Belastung</b>	Teilbelastung 15 kg im VACOped	Vollbelastung ohne VACOped	
<b>Physiotherapie</b>	Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Gangschule im VACOped mit Gehstöcken Sensomotorisches Training Grundlagenausdauer	Sensomotorisches Training Gangschule Funktionelles Krafttraining Grundlagenausdauer	Funktionelles Krafttraining Sportartspezifisches Training
<b>Sport</b>	Fahrradergometer mit VACOped ohne Widerstand	Fahrrad, Schwimmen	

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).