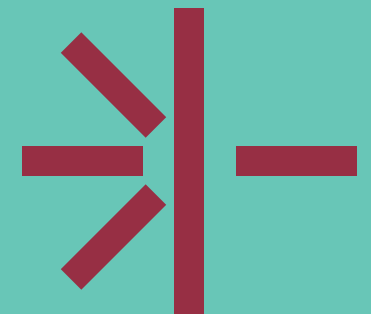


Hüft-Totalprothese

Empfehlung für die Nachbehandlung



Hüft-Totalprothese

	0. – 6. Woche	Ab 7. Woche	Ab 6 Monaten
Orthese	Keine		
ROM	Hospitalisation: 70° Flexionslimite, auch beim Sitzen am Bettrand! Ab Austritt: 90° Flexionslimite Cave: Luxationsmuster!	Frei (Cave: Luxationsmuster!)	
Belastung	Vollbelastung, Mobilisation im Vierpunktegang, zuhause ohne Stöcke sobald sicher		
Physiotherapie	Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Beweglichkeitsverbesserung Sensomotorisches Training Gangschule an Gehstöcken Funktionelles Krafttraining Grundlagenausdauer	Sensomotorisches Training Funktionelles Krafttraining Gangschule Ab 13. Woche: Schnelligkeits-/Reaktivtraining Sportartspezifisches Training	Sportartspezifisches Training
Sport	Fahrradergometer, Wassertherapie	Fahrrad, Schwimmen	Skifahren etc.
Hilfsmittel	Am Eintrittstag Abklärung Bedarf: WC Aufsatz, Keilkissen, Zange etc.		

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).