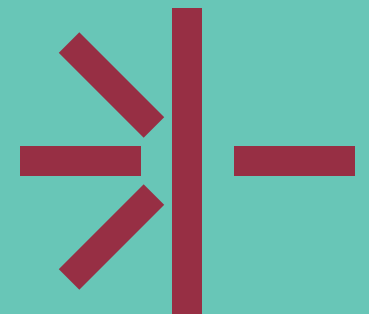


Triple, Subtalar oder Talonaviculararthrodese

Empfehlung für die Nachbehandlung



Triple, Subtalar oder Talonaviculararthrodese

	0. – 6. Woche	7. – 12. Woche	13. Woche
Orthese	VACOPed zur Mobilisation Jeansschiene zur Lagerung	Keine Keine	Keine Keine
ROM	Inversion/Eversion: keine Dorsalextension/ Plantarflexion: – Subtalare Arthrodese: frei – Calcaneocuboide und talonaviculare Arthrodese: keine	Frei	Frei
Belastung	15 kg Teilbelastung im VACOPed	Vollbelastung	Vollbelastung
Physiotherapie	Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Beweglichkeitsverbesserung Sensomotorisches Training Gangschule im VACOPed mit Gehstöcken Grundlagenausdauer	Sensomotorisches Training Gangschule Funktionelles Krafttraining Grundlagenausdauer	Funktionelles Krafttraining Schnelligkeits-/Reaktivtraining Sportartspezifisches Training
Sport	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).