

Physiotherapeutische Nachbehandlung bei Knie totalprothese

Zeitpunkt	Therapeutische Massnahmen	Bemerkungen
präoperativ	<ul style="list-style-type: none"> • Stockanpassung und Gangschule • Informationen über weiteres Procedere 	
1. Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Lagerungskontrolle (Neutralstellung) • Erste Mobilisation durch eine PhysiotherapeutIn und eine Pflegeperson 	<ul style="list-style-type: none"> • Belastung nach Massgabe der Beschwerden an Stöcken Ausnahme: TOT → Vorgaben des Operateurs
nach Redonzug	<ul style="list-style-type: none"> • Instruktion selbständiges Aufstehen / Abliegen • Gangschule an Stöcken • Treppensteigen • Instruktion Heimprogramm 	<ul style="list-style-type: none"> • freies Bewegungsausmass Ausnahme: TOT → Vorgaben des Operateurs
ambulant - 6. Wo	<ul style="list-style-type: none"> • Repetition und Kontrolle der bisherigen Instruktionen • Fortsetzung der Massnahmen, angepasst an den Wundheilungsprozess • Beginn neuromuskuläres Training 	<ul style="list-style-type: none"> • Volle Extension!
7.-12. Wo.	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeitung des normalen Gangbildes und Treppensteigens ohne Stöcke • Beginn Krafttraining • Beginn Ausdauertraining • Erreichen der festgelegten Ziele des Patienten 	<ul style="list-style-type: none"> • Harte Schläge auch in Zukunft vermeiden • Wiederaufnahme von Sportarten nach Absprache mit dem Operateur