

# Nachbehandlungsplan nach Knorpeltransplantation Knie MACT



**OP.:** 1. Entnahme eines Knorpelzylinders in einem ersten Eingriff  
2. Implantation eines angezüchteten, autologen Knorpelfleeces in einen bestehenden Defekt des Kniegelenkes

**OP-Datum:**.....

**Operateur:**.....

**Kontrollen:**    **1. oder 2. Tag nach OP:** Verbandswechsel im Krankenhaus  
                   **10. Tag**                               : Fäden / Klammern entfernen                               **Termin:** .....

**4. Wochen nach OP**   : Überprüfung von Funktion und Beweglichkeit   **Termin:** .....

- Zeitlicher Ablauf:**
- 1. bis 10. Tag nach OP:**
    - Bodenkontaktbelastung
    - Rahmenorthese mit Bewegungslimitierung auf ....°/....°/....°
    - für zwei Tage Ruhigstellung,
    - freie Beweglichkeit auf CPM Schiene (3-8h/d)
    - Untersuchung in der Praxis
    - Thrombosestrümpfe, Thrombosespritzen bis Vollbelastung, Gehstützen bis Vollbelastung 3 Pkt. Gang
    - ggf. MLD, Kältetherapie, Schmerzmedikation
  - bis 5. Woche nach OP:**
    - Fadenentfernung 10. Tag
    - Bodenkontaktbelastung
    - weiter CPM Therapie täglich,
    - Krankengymnastik isometrisches Training, passive Gelenkmobilisierung 0-0-90°
    - Anleitung zu Eigenübungen, geschlossene Kette
    - ggf. MLD, Kältetherapie, Schmerzmedikation
  - ab 6. Woche nach OP:**
    - langsame Aufbelastung von 20 kg pro Woche
    - Krankengymnastik im vollen Bewegungsumfang, offene Kette
    - Radfahren, Ergometer, aktive Krankengymnastik, propriozeptives Training beginnen
    - 4 Pkt. Gang
  - ab 3. Monat nach OP:**
    - Radfahren, Nordic Walking, Spaziergehen, Schwimmen, sportartspezifisches Training, Kraftausdauer
  - ab 10. bis 12. Monat nach OP:**
    - volle Sportfähigkeit (Sprung- u. Laufsportarten dürfen nun wieder durchgeführt werden)

**Abweichend von diesem Nachbehandlungsplan gilt für Patienten bei denen eine Knorpeltransplantation im Bereich der Kniescheibe durchgeführt wurde folgendes Behandlungsschema:**

- ab 11. bis 14. Tag nach OP:**
  - Fadenentfernung
  - in Streckstellung und in Rahmenorthese Vollbelastung möglich
- bis zur 6. Woche nach OP:**
  - Bewegungslimitierung auf ....°/....°/....°
- ab 6. Woche nach OP:**
  - sukzessive Erhöhung der Beugung auf vollem Bewegungsumfang, insgesamt soll die Orthese für 12 Wochen getragen werden.

Ansonsten gelten die übungs- u. verhaltensspezifischen Maßnahmen wie oben aufgeführt

**Medikation(sofern keine Kontraindikationen bestehen):**

Ibuprofen 600 mg -- 1. bis 10. Tag – 2 x 1 Tbl. täglich  
Mono Embolex Fertigspritzen -- bis zur Vollbelastung – 1x 1 Spritze täglich s.c.  
Tramadol Tropfen 20° bei Bedarf bis zu 3 x täglich  
Omeprazol 20 1x1

Abweichungen von diesem Plan sind nach Absprache mit ihrem Operateur möglich.

**Ihre Checkliste:**

- Halten Sie ihre Wunde bis 2 Tage nach Fadenentfernung trocken !
- Haben Sie ihre Arbeitsunfähigkeitsbescheinigung erhalten?
- Haben Sie ein Krankengymnastikrezept bekommen und die Termine vereinbart?
- Haben Sie ihre Kontrolltermine vereinbart?
- Haben Sie ausreichend Medikamente?

Eine gute Besserung wünscht das Team der Orthopädischen Praxisklinik Baunatal MVZ.