

Nachbehandlungsschema

Autologe osteochondrale Transplantation (OATS) Knie

- Belastung:** Teilbelastung 20kg an Stöcken für ca.6 Wochen, gemäss Operationsbericht.
- Beweglichkeit:** In Einzelfällen Einschränkung der Beugung für 4-6 Wochen (gemäss Operationsbericht).
Schiene zur passiven Bewegung ab dem 2.postoperativen Tag.
- Nachkontrollen:** 1-2 Wochen nach der Operation mit Fadenentfernung.
Röntgenkontrollen nach 6 und 12 Wochen. Weitere Nachkontrollen 4, (5), 6 Monate nach der Operation.
- Duschen – Baden:** Duschen ist mit wasserdichten Verbänden sofort nach der Operation möglich. Mit Baden sollte 2 Wochen bis zur sicheren Heilung der Wunde gewartet werden
- Arbeitsunfähigkeit:** Je nach Tätigkeit ca. 2-12 Wochen
- Autofahren:** Erlaubt, sobald ein schmerzfreies Gehen ohne Stöcke erlaubt und möglich ist
- Sportunfähigkeit**
- | | |
|-----------------------|----------------|
| Radfahren (Ergometer) | ca.2 Wochen |
| Schwimmen (Kraul) | ca.6 Wochen |
| Joggen | ca.4 Monate |
| Skifahren | ca.9 Monate |
| Fussball | ca.9-12 Monate |
- Medikamente:** Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist.

Thromboseprophylaxe mit Spritzen solange Gehstöcke.
- Physiotherapie:** Beginn mit Physiotherapie und isometrischem Training sofort nach der Operation. Nach erlaubter Vollbelastung Weiterführen der Physiotherapie gemäss unserem Schema für die Knierehabilitation.