

Nachbehandlungsschema

Meniskusoperation

1. Meniskus-Teilentfernung

- Belastung:** Erlaubte Belastung zur Schmerzgrenze – Entlastung an Stöcken für 2 – 8 Tage.
- Nachkontrollen:** Die erste ambulante Nachkontrolle mit Entfernung der Hautfäden findet 7 – 10 Tage nach der Operation statt.
- 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 1 – 3 Wochen
- Autofahren:** Erlaubt sobald ein schmerzfreies Gehen ohne Stöcke möglich ist
- Sportunfähigkeit** ca 2 – 4 Wochen
- Medikamente:**
Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist.
Thromboseprophylaxe mit Spritzen 1x täglich für 5 Tage

Physiotherapie

Physiotherapie: Nicht routinemäßig erforderlich. Im Einzelfall ev. notwendig je nach Zustand der Muskulatur, Schwellungszustand des Gelenks und ev. individuellen sportlichen Ansprüchen

2. Meniskusnaht

<i>Belastung:</i>	4 – 6 Wochen: 20 kg Auf das gestreckte Bein ist eine volle Belastung erlaubt. Beugung bis 110 Grad während 4 Wochen
Nachkontrollen:	Die erste ambulante Nachkontrolle mit Entfernung der Hautfäden findet 7 – 10 Tage nach der Operation statt.
<i>Duschen – Baden:</i>	Duschen ist mit wasserdichten Verbänden sofort nach der Operation möglich. Mit Baden sollte 2 Wochen bis zur sicheren Heilung der Wunde gewartet werden
<i>Arbeitsunfähigkeit</i>	je nach Tätigkeit und Arbeitsweg 1 – 7 Wochen
<i>Autofahren:</i>	Nach 4 – 6 Wochen
<i>Sportunfähigkeit</i>	<i>Fussball: 4 Monate</i>
<i>Medikamente:</i>	Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist. Thromboseprophylaxe mit Spritzen 1x täglich bis ein normales stockfreies Gehen möglich ist
<i>Physiotherapie</i>	