

## Nachbehandlungsschema

### Autologe Chondrozytentransplantation Femurkondyle

<b>Belastung:</b>	Teilbelastung an Stöcken für 6 Wochen, gemäss Operationsbericht.	
<b>Beweglichkeit:</b>	freie Beweglichkeit ohne Belastung. Täglich Bewegungsschiene.	
<b>Nachkontrollen:</b>	1, 4-6 Wochen sowie 3, 6, 9, 12 Monate nach der Operation	
<b>Duschen – Baden:</b>	Duschen ist mit wasserdichten Verbänden sofort nach der Operation möglich. Mit Baden sollte 2 Wochen bis zur sicheren Heilung der Wunde gewartet werden	
<b>Arbeitsunfähigkeit:</b>	Je nach Tätigkeit ca. 2-12 Wochen	
<b>Autofahren:</b>	Erlaubt, sobald ein schmerzfreies Gehen ohne Stöcke erlaubt und möglich ist	
<b>Sportunfähigkeit</b>	Radfahren (Ergometer)	ca.3-4 Wochen
	Schwimmen (Kraul, Rücken)	ca.4-6 Wochen
	Radfahren (Strasse)	ca.4-6 Wochen
	Joggen	ca.12 Monate
	Skifahren	ca.12 Monate
	Fussball	ca.12 Monate
<b>Medikamente:</b>	Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist.	
	Thromboseprophylaxe mit Spritzen solange Gehstöcke.	
<b>Physiotherapie:</b>	Beginn mit Physiotherapie und isometrischem Training sofort nach der Operation. Nach erlaubter Vollbelastung Weiterführen der Physiotherapie gemäss unserem Schema für die Knierehabilitation.	