

## Nachbehandlungsschema

### Meniskusoperation – Teilentfernung des Meniskus (ohne Meniskusnaht)

|                            |  |
|----------------------------|--|
| <b>Belastung:</b>          | Erlaubte Belastung zur Schmerzgrenze – Entlastung an Stöcken für 2 – 8 Tage.   |
| <b>Nachkontrollen:</b>     | Die erste ambulante Nachkontrolle mit Entfernung der Hautfäden findet 7 – 10 Tage nach der Operation statt.  |
| <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. 1 – 3 Wochen   |
| <b>Autofahren:</b>         | Erlaubt, sobald ein schmerzfreies Gehen ohne Stöcke möglich ist  |
| <b>Sportunfähigkeit</b>    | ca. 2 – 4 Wochen   |
| <b>Medikamente:</b>        | Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist.<br><br>Thromboseprophylaxe mit Spritzen 1x täglich für 5 Tage                                    |
| <b>Physiotherapie:</b>     | Nicht routinemässig erforderlich. Im Einzelfall evtl. notwendig, je nach Zustand der Muskulatur, Schwellungszustand des Gelenks und evtl. individuellen sportlichen Ansprüchen |