

## Nachbehandlungsschema

### Hohe Tibiaosteotomien Open-wedge und Closed-wedge (Tomofixplatte)

- Belastung:** Teilbelastung mit 20kg an Stöcken für 4 Wochen.  
Dann je nach Röntgenkontrolle Übergang zur Vollbelastung.  
Keine Einschränkung der Beweglichkeit.
- Nachkontrollen:** Erste ambulante Nachkontrolle mit Entfernung der Hautfäden 1-2 Woche nach der Operation.  
Röntgenkontrolle nach 6 Wochen und 12 Wochen. Weitere Kontrollen nach 4, (5) und 6 Monaten. Je nach Verlauf sind weitere Verlaufskontrollen angezeigt.
- 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 2 Wochen bis 3 Monate.
- Autofahren:** Erlaubt, sobald ein schmerzfreies Gehen ohne Stöcke möglich ist.
- Sportfähigkeit**
- |   |             |
|---|-------------|
| Hometrainer   | 3 Wochen    |
| Aquajogging   | 3 Wochen    |
| Schwimmen (Rücken, Crawl)   | 3 Wochen    |
| Fahrrad   | 6 Wochen    |
| Joggen  | 12 Wochen   |
| Ski/Snowboard   | 6 Monate    |
| Tennis/Squash   | 6 Monate    |
| Kontaktsportarten<br>(Fussball, Handball, Basketball, Kampfsport) | 9-12 Monate |
- Medikamente:** Entzündungshemmende Medikamente bis das Gelenk vollständig abgeschwollen ist.  
Thromboseprophylaxe mit Spritzen 1x täglich solange Gehstöcke.
- Physiotherapie:** Nicht routinemässig erforderlich. Im Einzelfall evtl. notwendig, je nach Zustand der Muskulatur, Schwellungszustand und Beweglichkeit des Gelenks.