

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

Prof. Dr. med. Sabine Ochman
PD Dr. med. Alexander Milstrey
Dr. med. Ann-Sophie Weigel
Dr. med. Maurice Dellin

**Klinik für Unfall-, Hand und
Wiederherstellungschirurgie**

**Schwerstverletzungsartenverfahren-Klinik
Zertifiziertes überregionales Traumazentrum
Kindertraumatologisches Referenzzentrum**

Univ.-Prof. Dr. med. Klemens Horst
Direktor

Albert-Schweitzer-Campus 1, Gebäude W1
Anfahrtsadresse: Waldeyerstraße 1
48149 Münster

Servicezentrale: T +49 251 83-55555
uch-leitstelle@ukmuenster.de
www.ukm.de

Nachbehandlungsschema nach minimalinvasiver Operation einer Achillessehnenruptur

1. Phase: 1. – 14. postop. Tag

Teilbelastung

- ✓ Ruhigstellung in Walker-Orthese (Vacoped-Stiefel) in 30° Flexion
- ✓ In der ersten Woche regelmäßige elastokompressive Wickelung des Fußes und des Unterschenkels
- ✓ Aktives Bewegungsausmaß: 0-20-40°
- ✓ unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Hochlegen des Beines
- ✓ 20 kg Teilbelastung an Unterarmgehstützen
- ✓ Regelmäßige Wundkontrollen durch den niedergelassenen Kollegen
- ✓ Gewichtsadaptierte Thromboseprophylaxe

2. Phase: 3. – 6. postop. Woche

Übergang zur Vollbelastung

- ✓ Entfernung des Hautnahtmaterials bei reizfreien Wundverhältnissen 14 Tage postoperativ
- ✓ Umstellung der Walker-Orthese (Vacoped-Stiefel) auf 15° Flexion
- ✓ Aktives Bewegungsausmaß: 0-10-40°
- ✓ Ab der 3. Woche postoperativ schmerzadaptierte Aufbelastung mit 15-20kg / Woche begonnen werden
- ✓ Regelmäßige physiotherapeutische Mobilisierung und Muskelkräftigung
- ✓ Fortführung der Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung >6 Stunden / Tage

3. Phase: 7. – 12. postop. Woche

Steigerung der Sprunggelenksbeweglichkeit sowie der aktiven Sprunggelenksstabilität durch Muskelkräftigung

- ✓ Umstellung der Walker-Orthese (Vacoped-Stiefel) auf Neutralstellung
- ✓ Aktives Bewegungsausmaß: 0-0-40°
- ✓ Sonographische Verlaufskontrolle



- ✓ Regelmäßige physiotherapeutische Beübung auch mittels propriozeptivem Training, Verbesserung der Beweglichkeit, aktives Bewegungsausmaß frei, Beginn Muskelkräftigung

4. Phase: Ab der 13. postop. Woche

Festlegen des weiteren Procederes bzgl. Rückkehr zu körperlichen Arbeiten und Sport

5. Phase: Ab dem 07. Monat

Sportfreigabe