

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

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

Klinik für Unfall-, Hand und Wiederherstellungschirurgie

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

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

T +49 251 83-56337

F +49 251 83-56318

Servicezentrale: T +49 251 83-55555

uch-leitstelle@ukmuenster.de

www.ukm.de

Nachbehandlungsschema nach Sprunggelenks-Arthroskopie ohne komplex-rekonstruktivem Eingriff

1. Phase: 1. – 7. postop. Tag

Entlastung

- ✓ Orthesenfreie Nachbehandlung
- ✓ 5 Tage Entlastung an Unterarmgehstützen
- ✓ In der ersten Woche regelmäßige elastokompressive Wickelung des Fußes und des Unterschenkels
- ✓ erlaubte Bewegungsumfänge passiv und aktiv frei
- ✓ unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Hochlegen des Beines
- ✓ Regelmäßige Wundkontrollen durch den niedergelassenen Kollegen
- ✓ Gewichtsadaptierte Thromboseprophylaxe

2. Phase: Ab dem 7. Postoperativen Tag

Übergang zur Vollbelastung

- ✓ Entfernung des Hautnahtmaterials bei reizfreien Wundverhältnissen 14 Tage postoperativ
- ✓ Ab dem 8. Tag postoperativ kann schmerzadaptiert mit der Aufbelastung begonnen werden
- ✓ Fortführung der Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung >6 Stunden / Tage

3. Phase: Ab der 3. Woche postoperativ

Planung der Rückkehr zu Arbeit und Sport

- ✓ Ggf. physiotherapeutische Beübung zur Verbesserung der Gelenkbeweglichkeit und der Mobilität, auch in Eigenregie
- ✓ Abhängig vom Eingriff Wiederaufnahme der sportlichen Tätigkeiten

Wir wünschen Ihnen eine gute und schnelle Genesung!

UKM: AöR, Prof. Dr. Martin Schulze Schwienhorst (Aufsichtsratsvorsitzender),
Univ.-Prof. Dr. med. Alex W. Friedrich (Vorstandsvorsitzender, Ärztlicher Direktor),
Dr. rer. pol. Christoph Hoppenheit (stellv. Vorstandsvorsitzender, Kaufmännischer Direktor),
Univ.-Prof. Dr. med. Frank Ulrich Müller (Dekan), Thomas van den Hooven (Pflegedirektor),
Univ.-Prof. Dr. med. Claudia Rössig (stellv. Ärztliche Direktorin)