

Fuß- und Sprunggelenkschirurgie

Prof. Dr. med. Sabine OchmanPD
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 operativer Rekonstruktion des Außenbandapparates am Sprunggelenk

1. Phase: 1. – 14. postop. Tag

Gips

- ✓ Ruhigstellung im Gips
- ✓ unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Hochlegen des Beines
- ✓ Entlastung an Unterarmgestützen
- ✓ Regelmäßige Wundkontrollen durch den niedergelassenen Kollegen
- ✓ Gewichtsadaptierte Thromboseprophylaxe

2. Phase: 3. – 6. postop. Woche

Übergang zur Vollbelastung, Wechsel auf Orthese

- ✓ Entfernung des Hautnahtmaterials bei reizfreien Wundverhältnissen 14 Tage postoperativ
- ✓ Wechsel auf eine sprunggelenksstabilisierende Orthese (z.B. MalleoTriStep)
- ✓ Ab der 3. Woche postoperativ kann schmerzadaptiert mit der Aufbelastung mit 15-20kg / Woche begonnen werden
- ✓ Fortführung der Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung >6 Stunden / Tage

3. Phase: 7. – 12. postop. Woche

Steigerung der Sprunggelenksbeweglichkeit sowie der aktiven Sprunggelenksstabilität durch Muskelkräftigung

- ✓ Regelmäßige physiotherapeutische Beübung
- ✓ propriozeptives Training ab der 10. Woche

4. Phase: Ab der 13. postop. Woche

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

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)