

Postoperative Behandlung nach Achillessehnenruptur

Im OP

Anlegen einer Orthese (oder Gipsschiene) in Spitzfußstellung (30°)

0. – 2. Woche

Entfernung der Hautfäden (14. postop. Tag)

Tragen einer Achillessehnen-Orthese mit 30° Winkelfixierung und entsprechender Schuhsohlenerhöhung der Gegenseite

Belastungssteigerung mit Orthese an Unterarmgehstützen (entsprechend Wundheilung)

3. – 4. Woche

Tragen einer Achillessehnen-Orthese mit 20° Winkelfixierung und entsprechender Schuhsohlenerhöhung der Gegenseite

Sonographische Kontrolle, Abtrainieren der Unterarmgehstützen, Vollbelastung mit Orthese

Nach Ablauf von vier Wochen

Sonographische Kontrolle, Reduzierung der Spitzfußstellung in der Orthese auf 10°, Änderung der Schuhsohlenzurichtung der Gegenseite

Nach Ablauf von sechs Wochen

Sonographische Kontrolle, Reduzierung der Spitzfußstellung in der Orthese auf 0°, Änderung der Schuhsohlenzurichtung der Gegenseite

Nach Ablauf von acht Wochen

Sonographische Kontrolle, Ablegen der Orthese, Konfektionsschuhe mit kleinem Absatz oder Fersenkeil für 6 Wochen, Physiotherapie

Eine Vollbelastung in der Orthese sollte nach 2 – 3 Wochen erreicht werden.

Bei Schwellneigung oder erhöhtem Thromboserisiko sollte ein Kompressionsstrumpf verordnet werden.

Eine verzögerte Nachbehandlung wird bei schweren degenerativen Sehnenveränderungen, Sekundärrekonstruktionen oder auf Veranlassung des Operateurs durchgeführt.

Therapieübersicht

Phase	Therapie	Standard Tage nach OP	Zeitlich verzögert Tage nach OP
1	Operation und Gipsanlage/Orthese	0 – 2	0 – 2
2	Orthese 30°, Teilbelastung	3 – 14	3 – 21
3	Orthese 20°, Vollbelastung	14 – 28	21 – 35
4	Orthese 10°, Vollbelastung	28 – 42	35 – 49
5	Orthese 0°, Vollbelastung	42 – 56	49 – 63
6	Konfektionsschuhe, Physiotherapie	ab 56	ab 63

Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOmedic Sportmedizin-Team.