

**Nachbehandlungsempfehlung  
Autologe Knorpelzelltransplantation (ACT)  
Oberschenkelrolle / Schienbeinkopf**

1. bis 2. Tag:

- Knieorthese
- Ruhigstellung des betroffenen Gelenkes für 48h

3. Tag bis 1. Woche:

- Motorschienen-Behandlung (CPM)
- Flexionsbegrenzung bei 30° und freie Streckung
- Mobilisierung unter Teilbelastung mit 10kg (Fußsohlenkontakt)

1. Woche bis 3. Woche

- s.o.
- Steigerung der Flexion auf 60°

3. Woche bis 6. Woche

- s.o.
- Steigerung der Flexion auf 90°
- Teilbelastung mit 30kg

7. Woche bis 12. Woche

- s.o.
- Steigerung des Bewegungsausmaßes bis zur freien Beweglichkeit
- Übergang zur Vollbelastung
- Beginn von aktiv assistierter Physiotherapie ohne Beübung gegen

Widerstand

- Ergometertraining ohne Widerstand

Ab 13. Woche

- Muskelaufbautraining unter physiotherapeutischer Anleitung
- Ergometertraining auf mittlerer Stufe

Keine Impact-Sportarten vor Ablauf des ersten Jahres postoperativ!

Von diesem Schema kann abhängig vom Operationsbefund abgewichen werden.  
Bei Fragen oder anhaltenden Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt bzw. den Operateur.

Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOmedic Knieteam.

Prof. Dr. M. Schofer