

## Postoperative Behandlung nach Quadricepssehnennaht

<b>im OP</b>	Anlage eines Gipstutors, Streckeschiene oder Orthese
<b>1. - 2. postop. Tag</b>	Entfernung der Drainage Isometrie, Prophylaxe
<b>ab 2. Tag:</b>	Motorschiene (CPM) 0-0-40° Gehschule, 20 kg Teilbelastung im Tutor kein Quadricepstraining Isometrie, Prophylaxe
<b>14. postop. Tag</b>	Entfernung der Hautfäden
<b>ab 2. Woche</b>	Motorschiene (CPM) 0-0-60° Belastungssteigerung zur Vollbelastung im Tutor, Steckschiene Training Abduktion und Extension Hüfte Isometrie, Prophylaxe
<b>ab 4. Woche</b>	Mobilisation aktiv/passiv bis 90° Knieflexion aktives Training in der geschlossenen Kette keine Übungen gegen Widerstand
<b>ab 6. Woche</b>	Erarbeiten der freien Beweglichkeit Vollbelastung ohne Schiene zunehmend Übungen gegen Widerstand
<b>Verband:</b>	Tutor (Orthese) 6 Wochen in der übungsfreien Zeit
<b>Sport:</b>	ab 3. Monat leichte Aktivitäten (z.B. Walken), Schwimmen ab 6. Monat Ball- und Kontaktsportarten, schweres Heben

**Wichtig:** Lassen Sie sich die genannten Bewegungen und das Bewegungsausmaß von Ihrem betreuenden Physiotherapeuten zeigen.

Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOmedic Sportteam.

Prof. Dr. M. Schofer