

**Allgemeine Unfallversicherungsanstalt  
Unfallkrankenhaus Linz  
Ärztlicher Leiter: Prim. Univ. Doz. Dr. Albert Kröpfl  
(Version vom 06.06.2002)**

<i>Patienten-Daten</i>	<i>OP Datum</i>	<i>Operateur</i>
------------------------	-----------------	------------------

*Liebe Patientin,  
Lieber Patient,*

*Dieses Informationsblatt soll Sie über den Ablauf der Nachbehandlung informieren. Änderungen sind aber jederzeit je nach Heilungsverlauf möglich.*

**Patienten - Information : Nachbehandlungsplan**

<i>Thromboseprophylaxe:</i>	
<i>Drainentfernung:</i>	
<i>NSARD:</i>	
<i>Kältetherapie:</i>	
<i>Lagerung:</i>	
<i>Passive Physiotherapie: ab</i>	
<i>Aktive Physiotherapie: ab</i>	
<i>AV-Impulse-System: von bis</i>	
<i>CPM: von bis</i>	

<b>Mobilisation:</b>	
<b>Entlastung: bis</b>	
<b>Teilbelastung: ab</b>	
<b>Vollbelastung: ab</b>	
<b>Orthese: von bis</b>	
<b>Gipsfixation: von bis</b>	
<b>Andere Verordnung:</b>	

**Bei Auftreten von Schmerzen, Störungen der Durchblutung oder des Hautgefühls, Schwellungen oder Blutungen ist eine sofortige Kontrolle im Krankenhaus (auch nachts) notwendig!**

**Ihr Knie-Team des UKH Linz**

**Allgemeine Unfallversicherungsanstalt  
Unfallkrankenhaus Linz**  
**Ärztlicher Leiter: Prim. Univ. Doz. Dr. Albert Kröpfl**  
*(Version vom 06.06.2002)*

<i>Patienten-Daten</i>	<i>OP Datum</i>	<i>Operateur</i>
------------------------	-----------------	------------------

*Liebe Patientin,  
Lieber Patient,*

*Dieses Informationsblatt soll Sie über den Ablauf der Nachbehandlung informieren. Änderungen sind aber jederzeit je nach Heilungsverlauf möglich.*

*Patienten - Information : Rekonstruktion des vorderen Kreuzbandes*

*Was geschieht in der ersten Woche:*

*Lagerung des Beines in Streckstellung*

*Schmerzlinderndes und abschwellendes Medikament:*

*Movalis 7,5 mg 2 mal 1 Tablette täglich für 7 Tage  
Thromboseprophylaxe mit Lovenox 40 mg Injektion 1 mal  
täglich subkutan bis zur Entlassung aus dem UKH,  
Bewegen der Vorfüße*

*Kältetherapie mit Eisbeutel*

*Verbandswechsel und Entfernung des Drains nach*

*24 Stunden mit Anlegen eines Thrombostrumpfes*

*Mobilisation am Tag nach der Drainentfernung mit*

*Teilbelastung des operierten Beines*

*(Beineigengewicht) mit zwei Stützkrücken,*

*Aufstehen zu Tisch und Toilette*

*Isometrische Spannungsübungen der Kniestrecke mit dem/der PhysiotherapeutIn auf der Station*

*Aktives Bewegen im schmerzfreien Bewegungsumfang mit voller Streckung im Kniegelenk*

*Kniescheibenmobilisation*

Was geschieht bei der Entlassung:

Rezept: Movalis 7,5 mg Tabletten 1 mal täglich für weitere 14 Tage

Rezept: Lovenox 20 mg Spritzampullen 1 mal pro Tag für 10 Tage

Leihweises Mitgeben der Stützkrücken

Terminvereinbarung für Physiotherapie und Arzt

Was geschieht in der 2. bis 10. Woche:

Regelmäßige Wundkontrollen und Nahtentfernung am

14. Tag nach der Operation

Bei Auftreten von Schmerzen, Störungen der Durchblutung oder des Hautgefühls, Schwellungen oder Blutungen ist eine sofortige Kontrolle im Krankenhaus (auch nachts) notwendig!

Entwöhnung der Stützkrücken

Gangschulung mit kontrollierter Belastungsübernahme  
Kraft und Koordinationstraining

Normalisierung des Bewegungsumfanges

Standfahrrad und Stepper

Maßnahmen der 10. Woche bis 4. Monat:

Weiterführen der gelernten Übungen zumindest 2 mal  
15 Minuten täglich

Radfahren, Krafttraining

Ab dem 4. Monat: Vorsichtiges Joggen mit Laufschuhen

Ab dem 6. Monat: Schifahren, Langlaufen, Tennis auf Sandboden

Nach 12 Monaten: Kontaktsportarten, Ballsportarten.

Wenn vom behandelnden Arzt erlaubt, sind diese Sportarten schon früher möglich.

Sonderverordnungen: Orthese:

Ihr Knie-Team des UKH Linz

**Allgemeine Unfallversicherungsanstalt**  
**Unfallkrankenhaus Linz**  
**Ärztlicher Leiter: Prim. Univ. Doz. Dr. Albert Kröpfl**  
*(Version vom 06.06.2002)*

<i>Patienten-Daten</i>	<i>OP Datum</i>	<i>Operateur</i>
------------------------	-----------------	------------------

*Liebe Patientin,  
Lieber Patient,*

*Dieses Informationsblatt soll Sie über den Ablauf der Nachbehandlung informieren. Änderungen sind aber jederzeit je nach Heilungsverlauf möglich.*

*Patienten - Information : Meniskusresektion*

*Was geschieht im Krankenhaus nach der Operation?*

*Lagerung des Beines auf Pölster*

*Schmerzlinderndes und abschwellendes Medikament:*

*Movalis 7,5 mg 1 mal täglich für 21 Tage*

*Thromboseprophylaxe mit Lovenox 40mg Injektion 1 mal  
täglich subkutan bis zur Entlassung aus dem UKH*

*Bewegen der Vorfüße*

*Kältetherapie mit Eisbeutel*

*Spannungsübungen für die Knie - Strecker*

*Mobilisation am Tag der Operation mit Teilbelastung  
des operierten Beines (Beineigengewicht) mit zwei  
Stützkrücken, Aufstehen aber nur zur Toilette.*

*Verbandswechsel und Entfernung des Drains, falls  
vorhanden, nach 24 Stunden mit Anlegen eines  
Stützstrumpfes*

*Bewegungsübungen: bis zur vollen Streckung und  
Beugung bis zur Schmerzgrenze*

*Gangbildkontrolle durch PhysiotherapeutIn*

Wann werde ich entlassen?

Entlassung erfolgt am 1. oder 2. Tag nach der  
Operation

Rezept für Movalis wird mitgegeben  
Stützkrücken werden leihweise mitgegeben  
Wiederbestelltermin wird vereinbart.

Was kann ich bis zum nächsten Arzttermin selber tun?

Weitere Einnahme des Medikaments: Movalis 7,5 mg  
1 mal täglich bis zum 21. Tag nach der Operation.  
Weiterführen der gelernten Übungen 2 mal täglich für  
15 Minuten

Am 3. Tag nach der Operation: Weglassen der  
Stützkrücken und Gehen mit voller Belastung möglich

Die Entfernung der Nähte erfolgt zwischen dem 7. und  
14. Tag nach der Operation

Bei Auftreten von Schmerzen, Störungen der  
Durchblutung oder des Hautgefühls, Schwellungen  
oder Blutungen ist eine sofortige Kontrolle im  
Krankenhaus (auch nachts) notwendig!

Wenn das Kniegelenk nach 14 Tagen nicht frei  
beweglich ist, erfolgt eine Zuweisung zur ambulanten  
Physiotherapie.

Ihr Knie-Team des UKH Linz