

Nachbehandlung nach Meniskuteilresektion Knie

Phase 1 (1.-2. Post OP Tag) - Akute post OP-Phase	Ruhe, Hochlagerung, Schmerzmittel, Kühlen, Thrombosestrumpf tragen
Phase 2 (3.-7. Post OP Tag) - Postoperative Frühphase	Mobilisation, Erweiterung des Bewegungs- ausmaßes, schmerzadaptierte Belastung an Unterarmgehstützen.
Phase 3 (2.-4.. Post OP Woche) - Aufbau der Beweglichkeit	Aktive Mobilisation , schmerzadaptierte Belastung bis zur Vollbelastung und Mobilisation, keine Unterarmgehstützen mehr,
Die schmerzfreie Wiederherstellung des Kniegelenks benötigt in der Regel 1-3 Monate. In Abhängigkeit vom Meniskusdefekt und Knorpelschaden kann es Sinnvoll sein nach Abschluss der 3. Phase ein Hyaluronsäuretherapie zu ergänzen. Entsprechend des Ausmaßes des Meniskus und Knorpeldefekts können schmerzhafte Bewegungseinschränkungen und Kraftverlust im Knie verbleiben.	