

MEIN KNIE

KNIEPROTHESEN AUF MASS

Melden Sie sich bei uns, falls sich Ihr Kniegelenk wider Erwarten im Verlauf verschlechtern statt verbessern sollte.

Tel.: +41 61 335 24 62

E-Mail: kontakt@mein-knie.ch



PROF. DR. MED. M.P. ARNOLD

FMH Orthop. Chirurgie
und Traumatologie
Sportmedizin SGSM

arnold.leonardo-ortho@hin.ch

KNIEPROTHESE

POSTOPERATIVE BEHANDLUNG

Liebe Patientin, lieber Patient

Sie wurden von uns operiert, wir haben Ihnen eine Knieprothese implantiert. Die erste postoperative Phase haben Sie überstanden. Nun müssen Sie, mit Unterstützung der Physiotherapie, die zweite Phase in Angriff nehmen.

ZWEI HAUPTZIELE STEHEN IM VORDERGRUND:

Schwellung und Schmerzen reduzieren

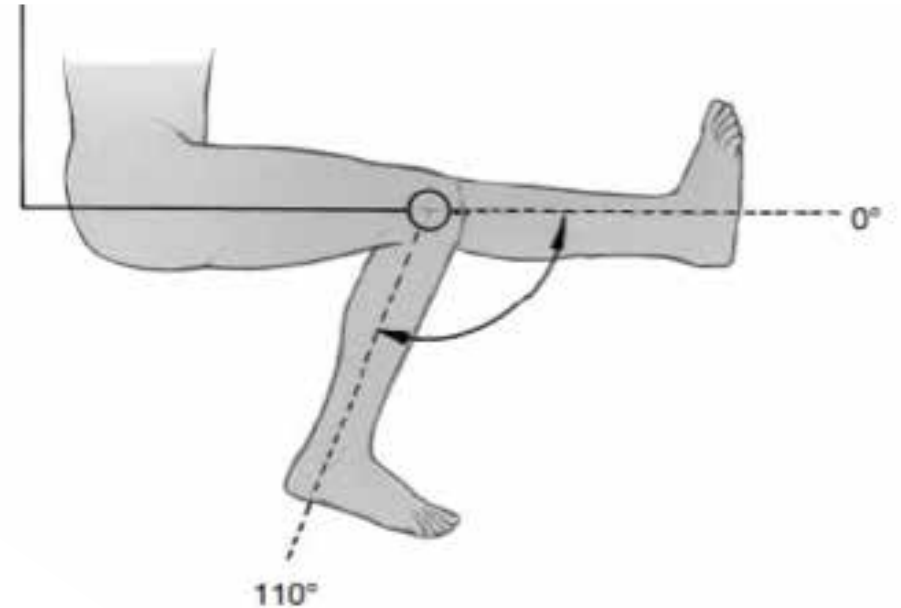
Hämatom und Schwellung lassen sich bei dieser Operation nicht ganz vermeiden. Mit folgenden Massnahmen können Sie hier entgegenwirken:

- Kühlen (z.B. mit Quarkwickeln)
- Entzündungshemmende Schmerzmittel
- Knie in Pausen hochlagern

Beweglichkeit verbessern

Die Beweglichkeit ist ein entscheidender Faktor für ein gutes Behandlungsergebnis. Nach dieser Operation müssen Sie die Knie-Beweglichkeit (Beugung/Streckung) in den ersten Wochen intensiv trainieren. Nach rund 6 Wochen ist die erste Vernarbung abgeschlossen. Danach kann die Beweglichkeit nur noch wenig verbessert werden.

- Spätestens 6 Wochen nach Operation sollten Sie 110° Beugung und die volle Streckung erreicht haben.
- Reduzieren Sie die Schmerzmittel erst, wenn Sie dieses Ziel erreicht haben.
- Nutzen Sie einen Hometrainer so bald als möglich.



Ziel ist, dass Sie uns bei der 6-Wochen-Kontrolle ein Knie präsentieren können, das Sie 110° beugen und ganz strecken können – dann haben Sie gewonnen.

Viel Erfolg!