

## **Nachbehandlungskonzept Rekonstruktion des MPFL (Medialen PatelloFemuralen Ligament)**

### **Allgemeines:**

Vor der eigentlichen Operation erfolgt immer zuerst eine Gelenkspiegelung (Arthroskopie) des Kniegelenks zur definitiven Diagnosesicherung und Behandlung evtl. vorhandener Begleitverletzungen. Die Rekonstruktion des MPFL erfolgt dann mit Hilfe der körpereigenen Gracilis-Sehne, die am Beginn des Eingriffs entnommen wird.

### **Ruhigstellung:**

Direkt postoperativ erfolgt die Anlage einer Knieimmobilisationsschiene in 20°-Position für eine Woche.

### **Nachbehandlung:**

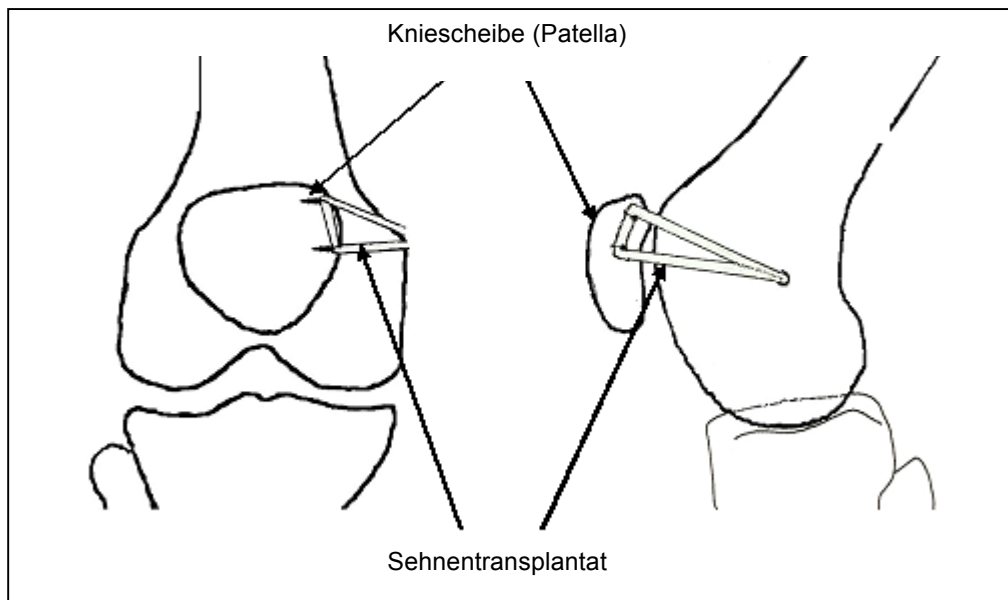
- 1. Woche: Ruhigstellung in 20° Flexion
- 2. und 3. Woche: Anlage der funktionellen Schiene mit maximaler Flexion von 60° und Extension von 20°
- 4. - 6. Woche: Einstellung der maximalen Flexion auf 90° und die Extension auf 10°

### **Belastungsaufbau:**

- 1. - 3. Woche:** **Belastung mit halbem Körpergewicht!**
- ab der 4. Woche: Vollbelastung erlaubt

### **Sport:**

- ab dem 3. Monat: leichte bis mittelschwere körperliche Tätigkeiten (z.B. Laufen/Schwimmen), leichtes sportartspezifisches Techniktraining ohne starke Widerstände
- ab dem 6. Monat: schwere körperliche Tätigkeit, Ball- und Kontaktsportarten, Wettkampfsport



Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOMedic Knie-Team.