

**Nachbehandlungsempfehlung
Autologe Knorpelzelltransplantation (ACT)
Kniescheibenrückfläche**

1. bis 2. Tag:

- Knieorthese
- Ruhigstellung des betroffenen Gelenkes für 48h in 30° Flexionsstellung

3. Tag bis 3. Woche:

- CPM-Behandlung
- Flexionsbegrenzung bei 30° und freie Streckung
- Mobilisierung unter Teilbelastung mit 15kg (Fußsohlenkontakt)

4. Woche bis 6. Woche

- s.o.
- Steigerung des Bewegungsausmaßes bis zur freien Beweglichkeit
- Übergang zur Vollbelastung

7. Woche bis 12. Woche

- s.o.
- Beginn von aktiv assistierter Physiotherapie ohne Beübung gegen Widerstand
- Ergometertraining ohne Widerstand

Ab 13. Woche

- Muskelaufbautraining unter physiotherapeutischer Anleitung
- Ergometertraining auf mittlerer Stufe

Kein Treppensteigen in den ersten 3 Wochen!

Keine aktive Streckung gegen Widerstand in den ersten 12 Wochen!

Keine Impact-Sportarten vor Ablauf des ersten Jahres postoperativ!

Von diesem Schema kann abhängig vom Operationsbefund abgewichen werden.
Bei Fragen oder anhaltenden Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt bzw. den Operateur.

Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOmedic Knieteam.

Prof. Dr. M. Schofer