



Nachbehandlung nach Matrixinduzierter autologer Chondrocytentransplantation (ACT/MACT) am Kniegelenk

Bemerkung Arzt:	
------------------------	--

Zeit postoperativ	Belastung	Bewegung / Hilfsmittel		Therapie
		Femurkondylen	Patellofemoral	
Phase I				
Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung				
1. Woche	<ul style="list-style-type: none"> Teilbelastung mit max. 10 kg 	<ul style="list-style-type: none"> Immobilisationsschiene (Mecron) 	<ul style="list-style-type: none"> Immobilisationsschiene (Mecron) 	<ul style="list-style-type: none"> Kurzzeitige sanfte Kryotherapie Lymphdrainage Aktive Fußhebung Sensomotorisches und kontralaterales Training Gangschule mit Unterarmgehstützen
Phase II				
Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung / Mobilisation im vorgegebenen Bewegungsausmaß				
2.-6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> Teilbelastung mit max. 10 kg 	<ul style="list-style-type: none"> Orthese 0/0/90 bei Bewegungen und Aufstand Zur Nacht Mecronschiene 	<ul style="list-style-type: none"> Orthese 0/0/30 bei Bewegungen und Aufstand Zur Nacht Mecronschiene In Extension langsame Belastungssteigerung bis Vollbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> Fortführung o. g. Therapie, <i>zusätzlich:</i> Lösung von Verklebungen Beginn mit vorsichtigen isometrischen Übungen Patellamobilisation und aktive Kniestreckung in geschlossener Kette (Nicht bei Knorpelzelltransplantation patellofemoral!)
Phase III				
Ziel: Voller Bewegungsumfang / Belastungsaufbau				
7.-12. Woche		<ul style="list-style-type: none"> Rasche Belastungssteigerung bis Vollbelastung Vollen Bewegungsumfang anstreben Motorschiene 0/0/90 	<ul style="list-style-type: none"> Rasche Belastungssteigerung bis Vollbelastung Vollen Bewegungsumfang anstreben 	<ul style="list-style-type: none"> Aktive Krankengymnastik Dehnungsübungen, Triggerpointbehandlung Medizinische Trainingstherapie in geschlossener Kette Sensomotorisches Training
Phase IV				
Ziel: Wiederlangen der vollen Gebrauchsfähigkeit / Ambulante Komplexbehandlung bzw. Rehabilitation				
13.-16. Woche		<ul style="list-style-type: none"> Alltagsbelastung ohne Einschränkungen 	<ul style="list-style-type: none"> Alltagsbelastung ohne Einschränkung Ausnahme: Keine tiefe Hocke! 	<ul style="list-style-type: none"> Fortführung o. g. Therapie, <i>zusätzlich:</i> Belastungssteigerung, Koordinationstraining (Verbesserung Kraft/Ausdauer) Beginn isokinetisches Krafttraining, leg press Radfahren, Schwimmen Ambulante Komplexbehandlung bzw. Rehabilitation
Phase V				
Ziel: Uneingeschränkte Alltagsbelastung				
ab 17. Woche		<ul style="list-style-type: none"> Sportartenspezifisches Training für Sprung und Laufsportarten sowie Sportarten mit hohem Sturzrisiko erst nach 24 Monaten erlaubt! 		<ul style="list-style-type: none"> Offene funktionelle Kette Intervalltraining ohne Lauf- und Sprungübungen

Bei unserem Nachbehandlungskonzept handelt es sich um eine zeitliche Orientierung und Einstufung. Die Zeitspannen können je nach individuellem Verlauf unterschiedlich ausgeprägt sein. Sprechen sie mit dem behandelnden Arzt, um dieses bewährte Nachbehandlungsschema an die persönlichen Bedürfnisse anzupassen.