



## Nachbehandlung nach Implantation einer Hüftendoprothese (HTEP)

Beginn postoperativ	Belastung	Bewegung / Hilfsmittel	Therapie
<b>Bemerkung Arzt:</b>			
Phase I	<b>Ziel: Schmerzlinderung / Reduktion der Schwellung / Verbesserung der Beweglichkeit/ Steigerung Belastbarkeit</b>		
<b>1. Woche Stationäre Behandlung</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vollbelastung</li> <li>• Bei individuellem Bedarf initial Teilbelastung</li> <li>• Schmerzadaptierte Belastungssteigerung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UAG – Stützen</li> <li>• Strumpf-Anziehhilfe</li> <li>• Langer Schuhanzieher</li> <li>• Optional: Sitzerrhöhung Stuhl und Toilette</li> <li>• Beugung im Hüftgelenk maximal 90°</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Physikalische Therapie: intermittierende Kältetherapie (Eis), bei Bedarf Lymphdrainage, bei Bedarf Atemtraining</li> <li>• Eigenmaßnahmen: Aktive Fußbewegungen, Isometrie Beinmuskulatur</li> <li>• Physiotherapie: Mobilisation, Rumpf-/ Standstabilisierung, Gangschule an UA-Stützen, Treppensteigen, sensomotor. Training/ Sturzprophylaxe</li> <li>• ADL-Schulung</li> </ul>
Phase II	<b>Ziel: Verbesserung Beweglichkeit des Hüftgelenks / Verbesserung Alltagsbelastbarkeit – stabiles Gangbild / ambulante oder stationäre Rehabilitation</b>		
<b>2. – 3. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vollbelastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UAG – Stützen abtrainieren</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Physikalische Therapie, ADL-Schulung</li> <li>• Eigenmaßnahmen/ -aktivitäten steigern, Gehtraining</li> <li>• Komplexe Physiotherapie incl. Weichteil- und Narbenbehandlung, beginnend körperliche Konditionierung</li> <li>• nach Abschluss der Wundheilung Beginn mit Bewegungsbad möglich</li> </ul>
Phase III	<b>Ziel: Wiedererlangen der vollen Alltagstauglichkeit und Belastbarkeit des operierten Beines</b>		
<b>4. – 8. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vollbelastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keine UAG – Stützen mehr notwendig</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Behandlung nach RehaStandards der Rehabilitationseinrichtung mit Physio-/ Ergo-/ Sporttherapie sowie Gesundheitsschulungen und bedarfsweise Ernährungs- und Sozialberatung, Schmerzbewältigung</li> <li>• Schwerpunkt Bewegungstherapie (auch in Eigeninitiative z.B. Gehtraining)</li> </ul>
Phase IV	<b>Ziel: Weitere Verbesserung Funktion und Belastbarkeit Hüftgelenk/ Erreichen der Berufsfähigkeit</b>		
<b>Ab 9. Woche Nachsorge</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keine Einschränkungen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Keine Hilfsmittel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortsetzung der Bewegungstherapie mit dem Ziel der weiteren Verbesserung der Funktion des Gelenkes und der gelenkumgreifenden Muskulatur</li> <li>• ab 6. Monat Aufnahme von geeigneten sportlichen Aktivitäten (nach Absprache mit Arzt)</li> </ul>