

# Nachbehandlung zur Operation am Sprunggelenk

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

nach einer operativen Behandlung Ihres Sprunggelenkbruchs (Außenknöchel) möchten wir Ihnen einen Überblick über die erforderliche Nachbehandlung geben. Bitte beachten Sie, dass diese Informationen für die meisten Patienten geeignet sind und als Orientierung dienen. Die individuellen Anweisungen Ihres Operateurs sowie aus Ihrem Arztbrief oder Operationsbericht sind jedoch unbedingt zu berücksichtigen.

Worauf sollten Sie achten?

Nach der Operation wird das Sprunggelenk mittels Gipses oder Vakuumstiefel (Walker) ruhiggestellt. Obwohl die eingebrachten Platten und Schrauben für ein optimales Zusammenwachsen der Knochen sorgen, können sie das Körpergewicht nicht ohne Bruch oder Verschiebung tragen. Daher ist eine Teilbelastung von 20 kg für 6 Wochen erforderlich. Danach kann das Sprunggelenk schrittweise voll belastet werden. Wenn ein bestimmtes Band (Syndesmose) verletzt ist, muss eine Stellschraube implantiert werden, die nach 6 Wochen entfernt wird.

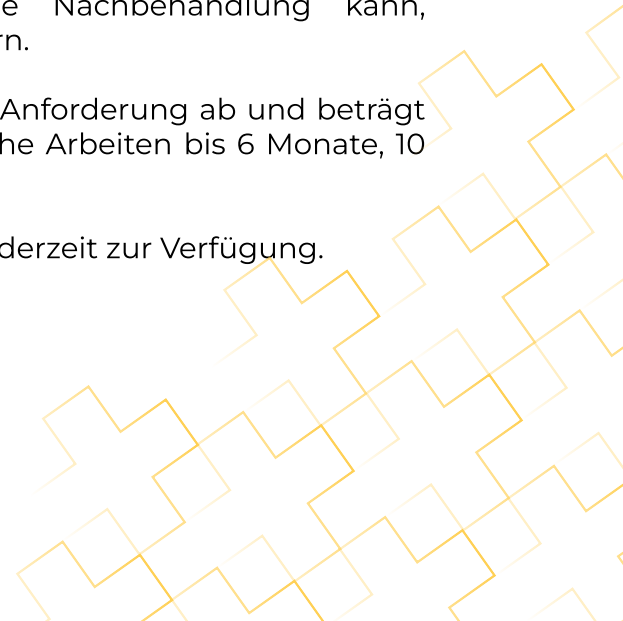
Schwellungen sind in den ersten Monaten nach der Operation normal, insbesondere bei Belastung. Da sich über dem Außenknöchel wenig Gewebe befindet, kann es nach der Abschwellung zu Druckempfindlichkeit in normalen Schuhen kommen und das Metall kann tastbar und spürbar sein. Infolgedessen wird das Metall oft nach 9-12 Monaten entfernt.

Dieser Bruch ist bei Erwachsenen einer der häufigsten und das Ergebnis der Nachbehandlung ist in der Regel gut. Die Nachbehandlung kann, einschließlich Metallentfernung, bis zu 1 Jahr dauern.

Die Arbeitsunfähigkeit hängt von der beruflichen Anforderung ab und beträgt für Homeoffice ca. 1 Woche, für schwere körperliche Arbeiten bis 6 Monate, 10 Wochen sind ein realistischer Mittelwert.

Falls Sie weitere Fragen haben, stehen wir Ihnen jederzeit zur Verfügung.

Mit freundlichen Grüßen,  
Ihr Team von OrthoPlus



Zeitpunkt	Belastung	Schiene	Physiotherapie	Besonderheiten
Tag 1 und 2	20 KG	Gipsschiene, Walker, Gehstützen	Gangschule, Lymphdrainage	Redonzug, Entlassung nach Hause
Tag 3-14	20 KG	Gipsschiene, Walker, Gehstützen	Lymphdrainage	Abschwellung, Fadenzug, Röntgenkontrolle
Woche 3-6	20 KG	Walker, Gehstützen	Freie Beweglichkeit des Sprunggelenks ohne Belastung	Röntgen vor Belastungsfreigabe evtl. Entfernung einer Stellschraube
Woche 7-12	Übergang zur Vollbelastung	Keine	Muskelaufbau, Ausgleich von Muskelverlust, ggf. weiter Lymphdrainage	Schonende sportl. Belastung (Radfahren, Schwimmen) mgl.
4.-6. Monat	Übergang zur Vollbelastung	Keine, ggf. Orthese zum Sport	Rückkehr zum Sport	Metallentfernung nach 6 - 12 Monaten

