

Nachbehandlung zur MPFL-Plastik

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen wurde eine Operation aufgrund einer Luxation der Kniescheibe durchgeführt, bei der der Innere Haltebandapparat / MPFL ersetzt wurde.

Hier möchten wir Ihnen einen Überblick über die Nachbehandlung geben, die als Orientierung für die meisten Patienten geeignet ist. Bitte beachten Sie jedoch auch die Anweisungen und Besonderheiten, die Ihnen durch Ihren Operateur in Ihrem Arztbrief oder Operationsbericht mitgeteilt wurden.

Worauf muss ich besonders achten?

Die Rehabilitation nach der Operation beinhaltet die schrittweise Wiederherstellung der Kontrolle über das Kniegelenk und der Muskelkraft über einen Zeitraum von ca. 6 Wochen. Die Bewegung wird kontrolliert über eine einstellbare Schiene erweitert. Es kann zu Blutergüssen und Schmerzen an der Innenseite des Oberschenkels kommen, wo die Sehne entnommen wurde.

Bitte beachten Sie, dass die Nachbehandlung je nach zusätzlichen Begleiteingriffen variieren kann. Wenn eine isolierte MPFL-Rekonstruktion durchgeführt wurde, können Sie mit einem sehr guten Ergebnis rechnen, da die eingesetzte Sehne stabiler ist als das ursprüngliche Band.

Die Arbeitsunfähigkeit hängt von der beruflichen Anforderung ab und beträgt für Homeoffice ca. 1 Woche, für schwere körperliche Arbeiten bis 6 Monate, 8-10 Wochen sind ein realistischer Mittelwert.

Bei Fragen sind wir jederzeit für Sie da.

Ihr Team von OrthoPlus



| Zeitpunkt | Belastung | Schiene Orthese | Physiotherapie | Besonderheiten |
|-------------|--|-------------------------------------|--|---|
| Tag 1-14 | 20kg | Schmerzadaptierte freie Bewegung | Quadrizeps- und Patellaaktivierung, Gangschule | Ggf. Redonzug am 1./2. Tag, Fadenzug |
| Woche 3-4 | Steigerung auf Vollbelastung möglich | | Erreichen voller Streckung und Beugung ohne Belastung | |
| Woche 5-6 | Vollbelastung | | | Übergang zur Alltagsbelastung |
| Ab Woche 7 | | | | Leichter Sport, Ergometer, Crosstrainer |
| Ab Woche 12 | | | Propriozeptions- und Koordinations- training | Jogging ist möglich |

