

Nachbehandlung distale Femurosteotomie (DFO)

Zeitraum	Fixation	Bewegungsumfang/ Belastung	Bewegungsübungen	Physikalische Therapie	Trainingstherapie
OP-Tag	Elastik- Binden Verband	Bettruhe, evtl. Toilette mit Stützen	keine	Eisanwendung, evtl. Cryocuff, Antiphlogistika p.o., wenn keine Kontraindikationen	isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, PNF, Zehenbewegung
1. Tag	Elastik- Binden Verband oder AT-Strumpf	0°/ 0°/ 60° steigernd, Mobilisierung an UA- Stützen unter Teilbelastung 15 kg (ggf. nach Redonentfernung)	Extension/ Flexion, assistierte und aktive Bewegungsübungen	Kältetherapie weiter	Gangschulung, isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, PNF, Zehenbewegung
2. Tag bis Entlassung		0°/ 0°/ 90°, Mobilisierung an UA- Stützen unter Teilbelastung 15 kg. Langes Sitzen vermeiden!	aktive Bewegungsübungen (achsengeführt, rotationsneutral), Vermeiden seitlicher Widerstände gegen langen Hebel	Kältetherapie, evtl. Lymphdrainage, bei Schwellneigung: intermittierende Venenkompressionsbehandlung, bei Hämatombildung: Heparinsalbenanwendung	Gangschulung, isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, PNF, Zehenbewegung
Entlassung bis 6 Wo. Post-OP	Bei starker Schwellneigung elastische Wicklung oder Strumpf	0°/ 0°/ 130°, Mobilisierung an UA- Stützen unter Teilbelastung, zwischen 4. u. 6. Woche kann die Belastung nach Schmerz und Körpergefühl auf die ½ Körpergewicht gesteigert werden	aktive Bewegungsübungen, Vermeiden seitlicher Widerstände und Widerstände gegen langen Hebel	nach Bedarf: ggf. Kältetherapie und Lymphdrainage weiter, bei Hämatombildung: Heparinsalbenanwendung	Gangschulung, isometrische Übungen der Ober- und Unterschenkelmuskulatur, PNF, Zehenbewegung
ab 7. Woche	Keine	Nach Röntgenkontrolle bei normalem Verlauf freier Bewegungsumfang und Vollbelastung	aktive Bewegungsübungen	Nach Bedarf, ggf. Lymphdrainage weiter	Gangschule, Krafttraining, ggf. an Geräten, Koordinations- und Reflexschulung