

Nachbehandlungsschema nach operativer Versorgung einer Kalkaneusfraktur

1. Phase: 1. – 8. Woche postoperativ

- Entlastung an Unterarmgehstützen
- Konsequentes Tragen der Stiefelorthese (z.B. VACOpedstiefel)
- In den ersten Tagen postoperativ regelmäßige elastokompressive Wickelung des Fußes und des Unterschenkels
- Regelmäßige Wundkontrollen
- Aus der Orthese heraus Bewegung im oberen Sprunggelenk (passiv, aktiv assistiv und aktiv in Eigenregie)
- Entfernung des Hautnahtmaterials bei reizfreien und trockenen Wundverhältnissen ab dem 14. Tag postoperativ
- unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Hochlegen des Beines
- Gewichtsadaptierte Thromboseprophylaxe

2. Phase: 8. – 12. Woche postoperativ

- Nach 8-10 Wochen konventionelles Röntgenbild des operierten Rückfußes lateral und Kalkaneus axial
- Hiernach befundabhängig Beginn der Aufbelastung schmerzadaptiert mit 15-20kg / Woche
- Gangschulung und Anleitung zur Muskelkräftigung, auch in Eigenregie
- Abtrainieren der Stiefelorthese nach Erreichen der Vollbelastung
- Fortführung der Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung >6 Stunden / Tag

3. Phase: Ab der 13. -15. Woche postoperativ

- Festlegen des weiteren Procederes bzgl. Rückkehr zu körperlichen Arbeiten und Sport

Wir wünschen Ihnen eine gute und schnelle Genesung!

Ihr Team des
Zentrums für Orthopädie, Unfallchirurgie, Handchirurgie und Sportmedizin und
das Team des Therapiezentrums am Klinikum Aschaffenburg-Alzenau

