

Nachbehandlungsschema konservative Frakturbehandlung osteoporotischer WK Fraktur

1. Phase: 1. – 14. Tag postoperativ

- Das Heben von Gegenständen limitiert auf 5kg
- Rückengerechtes Verhalten (wie von der Physiotherapie gezeigt)
- Stabilisierende Übungen der Rücken- und Rumpfmuskulatur, keine Mobilisation der Wirbelsäule

2. Phase: 3. – 6. Woche postoperativ

- Fortsetzung der stabilisierenden Übungen der Rücken- und Rumpfmuskulatur, keine Mobilisation der Wirbelsäule
- Sensomotorisches Training
- Verbesserung der Koordination, insbesondere der Gleichgewichtsfähigkeit
- Training des posturalen Systems, insbesondere propriozeptiver und taktiler Anteile
- Reduktion von Sturzrisiken – ggf. Modifikation des häuslichen Umfelds

3. Phase: 7. – 12. Woche postoperativ

- Fortsetzung der Physiotherapie aus Phase 2
- Schmerzadaptierte Belastungssteigerung
- Die Vorstellung bei einem Spezialisten für Osteoporose wird dringend empfohlen.

Wichtig!

**Es besteht der hochgradige Verdacht auf Osteoporose. Bitte sprechen Sie dringend Ihren Hausarzt
darauf an.**

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

