



Nachbehandlungsplan Knie 2: Meniskusnaht

Arthroskopische Meniskusnaht

ab →	OP-Tag	2. Tag postop.	3. Tag	7. Tag	14. Tag	28. Tag	7. Woche	12. Woche	4. Monat	6. Monat
Belastung		Axiale Vollbelastung								
Schiene/ Orthese <u>nur bei AM Naht</u>		X-Lock-Orthese 0-0-60 <u>nur bei AM Naht</u>				X-Lock-Orthese 0-0-90 <u>nur bei AM-Naht</u>	Orthese frei			
Physiotherapie	keine	Isometrie Quadriceps Aktive ROM, Motorschiene 0-0-90	Aktive freie Kniestreckung und Kniebeugung Propriozeptives Training				Muskelaufbau- training Amb. AHB, EAP			
Sport/ Sonstiges		Ggfs. Redonentfernung Verbandwechsel			Fadenentfernung	Aqua Training		Jogging Cross Trainer Nordic Walking Krafttraining		Kontaktsport Ballsport
ab →	OP-Tag	2. Tag	3. Tag	7. Tag	14. Tag	28. Tag	7. Woche	12. Woche	4. Monat	6. Monat