



Dr. med. C.-P.

Hammerle.

Orthopädie | Sportmedizin |

Chirotherapie | physikalische Therapie | ambulante OP

Bogen 4

Verhalten vor und nach einer Arthroskopie

Bitte lassen Sie sich am Tag der Operation in die Praxis fahren und nach der Operation wieder abholen. Sie können selbst kein Fahrzeug lenken. Besorgen Sie sich die Gehstöcke (Rezept). Bitte kommen Sie **nüchtern**.

Machen Sie bitte einen Krankengymnastik-Termin unmittelbar vor der Operation aus, damit Sie angeleitet werden, mit Gehstöcken zu gehen und Atemübungen zur Thromboseprophylaxe zu erlernen. Vereinbaren Sie einen zweiten Termin am nächsten Tag, wenn Sie zu uns zum Verbandwechsel kommen. Nach dem Eingriff bekommen Sie einen Verband; dieser sollte nicht einschnüren und notfalls von Ihnen etwas gelockert werden, aber **bitte nicht abnehmen**.

Für die ersten Tage sollten Sie sich schonen. Sie dürfen das operierte Bein belasten; es ist aber besser, wenn Sie möglichst mit Gehstöcken laufen. Legen Sie Ihr Bein ab und zu wieder hoch. Über Thromboseprophylaxe werden wir ein Gespräch führen.

Sie bekommen von uns Schmerz- und abschwellende Tabletten. Die abschwellenden Tabletten **müssen** eingenommen, die Schmerzmittel dürfen Sie selber dosieren..

Bitte rufen Sie uns am Abend nach dem Eingriff um ca. 19:00 Uhr an und berichten Sie uns.

Ein „Glucksen“ und „Quatschen“ im Kniegelenk ist normal und rührt von der vorhandenen Spülflüssigkeit her. Diese wird vollständig resorbiert werden. Wenn das Spannungsgefühl stark zunehmen sollte o. Sie sich unsicher fühlen, rufen Sie bitte in unserer Praxis unter (07541/ 30100), über 0163-6784673, die Rettungsleitstelle unter 19222 o. Ihren zuweisenden Hausarzt an; evtl. muß etwas Flüssigkeit aus dem Gelenk genommen werden.

Die Fäden werden nach ca. 10 Tagen entfernt. Bis dahin dürfen Sie nur mit einem wasserfesten Spezialpflaster duschen. Baden sollten Sie jedoch für zwei Wochen vermieden werden.

Die erlernte Krankengymnastik führen Sie bitte 3mal am Tag mindestens 10 min zu Hause durch.

Bitte denken Sie dran, dass trotz des kleinen Schnittes ein operativer Eingriff im Inneren Ihres Gelenkes stattgefunden hat, der eine längere Heilungsphase erfordert.

Am Tag nach der Operation wird ein Verbandwechsel durchgeführt. Dann werden die Befunde mit Ihnen besprochen und ein Therapieplan erstellt.

Mit freundlichen Grüßen

Dr. med. Hammerle