

Diagnose: Meniskusläsion, Plica synovialis, Knorpelschaden, Gelenkkörper

Therapie: Meniskus- /Plicaresektion, Knorpelshaving, Gelenkkörperentfernung

Drainagen: nur bei Plicaresektion empfohlen, ansonsten situativ

Wundversorgung: steriles Pflaster, 1. VW am 1. postoperativen Tag (Entfernung einer allfälligen Wunddrainage), nachfolgende VW in regelmäßigen Abständen. Entfernung des Nahtmaterials am 12. bis 14. postoperativen Tag

Thromboseprophylaxe: 1 x tgl. NMH s.c. bis zur Vollmobilisation

Antibiotikagabe: keine

Analgesie: schonende Lagerung, lokale Kühlung, analgetische Medikation

Laborkontrolle: keine

Röntgenkontrolle: keine

Lagerungshinweise: schmerzadaptiert, Hochlagerung

Entlassung: am 1. oder 2. postop. Tag

Postoperative Orthesen/Bewegungslimitierung:

Keine Orthesenversorgung bzw. Ruhigstellung erforderlich

Keine Bewegungslimitierung

Belastungsvorgaben:

Vollbelastung

Bei Schmerzen UAK* für 1 Woche mit schmerzadaptierter Teilbelastung

Bewegungstherapie/ Physikalische Therapie:

Kryotherapie, manuelle Lymphdrainage

Gangschulung

aktive Bewegungstherapie ohne Einschränkung

Isometrisches Muskeltraining, Stabilisations- und Propriozeptionstraining, Patellamobilisation, Kinesiotaping

Unterwassertherapie nach Wundheilung

ab Woche 2: uneingeschränktes Muskeltraining, medizinische Trainingstherapie

Sportfähigkeit:

In der Regel nach 3 Wochen gegeben

Komplikationen/CAVE:

Postoperatives intraartikuläres Hämatom nach Plicaresektion. Wenn dadurch Schmerzen und Bewegungseinschränkung bestehen, ist eine Punktion angezeigt

*) UAK - Unterarmkrücken