

Nachbehandlung nach arthroskopischer Operation am Kniegelenk

Direkt nach der Operation:

- Sie dürfen bis zur Schmerzgrenze **teilbelasten** und in Maßen bewegen. Die eingelegte Drainage kann dabei einen leichten Druckschmerz verursachen.
- Benutzen Sie die **Gehstützen** bis zur Schmerzfreiheit bzw. bis sicheres Gehen möglich ist.
- **Thromboseprophylaxe** wird nach der Operation für 5 Tage durchgeführt, am OP-Tag wird die Thrombose-Spritze durch den Anästhesisten während der OP gegeben. Tragen Sie die Thrombosestrümpfe für 1 Woche.
- **Kühlen** Sie das Kniegelenk regelmäßig mit Eis / Kühlkissen – mehrfach am Tag eine halbe Stunde. Legen Sie den Eisbeutel nicht direkt auf die Haut.
- Nehmen Sie die verschriebenen **Schmerzmittel** insbesondere vor dem Einschlafen (2 Tbl. Paracetamol) – max. 8 Tbl. pro Tag.

Am nächsten Tag nach der Operation:

- Entfernung der Redon-Drainage. Falls die Flasche vollgelaufen ist, sollte vor der Entfernung ein Wechsel erfolgen.
- Verbandswechsel: Kontrolle der Wunden und sauberes Abdecken mit Verbandsmull und Klebepflaster (leichter Druckverband).
- Mit der Krankengymnastik kann danach sofort begonnen werden, um die Beweglichkeit des Gelenkes wiederherzustellen. Nach einigen Tagen sollten Sie die volle Belastung wieder erreicht haben.
- Die Entfernung des Nahtmaterials sollte nach 10 Tagen erfolgen. Falls die kleinen Einschnittstellen keine Entzündungszeichen aufweisen, dürfen Sie nach dem 5. Postoperativen Tage duschen. Föhnen Sie die Wunden danach trocken und decken Sie diese mit einem sauberen Pflaster ab.
- Die Weiterbehandlung erfolgt gewöhnlich durch den überweisenden Hausarzt, Orthopäden bzw. Chirurgen.