

Ab der 13. Woche freie Bewegung und therapeutische Vollbelastung, Muskel- und Koordinationstraining

- Beginn des Muskelaufbautrainings unter physiotherapeutischer Anleitung.
- Ergometertraining auf mittlerer Stufe.

Wenig belastende Aktivitäten wie Radfahren oder Schwimmen sollten nicht vor 3 und sportartspezifische Belastungen (Tennis, Squash, Skifahren etc.) nicht vor 12 Monaten nach der Operation aufgenommen werden.

Patienten – Information
Femur/Tibia

**Rehabilitationsschema zur Nachbehandlung
der matrixgekoppelten Knorpelzelltransplantation am Kniegelenk.
Patienten mit Knorpelschäden größer als 3cm Durchmesser oder
teilweise fehlender Knorpelschulter**

Auf der Basis der bisherigen klinischen Erfahrungen sollten mit CaReS behandelte Gelenkknorpeldefekte über 3cm im Durchmesser und/oder fehlender Knorpelschulter wie folgt nachbehandelt werden:

1. - 3. Woche nach der Operation

- Direkt nach der Operation wird das Kniegelenk in Streckstellung mittels Mecron-schiene für 48 Stunden gelagert.
- 48 Stunden nach der Operation wird mit Bewegungsübungen auf der passiven Bewegungsschiene begonnen (CPM=continuous passive motion).
- Der zeitliche Umfang der CPM-Behandlung sollte wenn möglich >8 Stunden/Tag betragen.
- Das Bewegungsausmaß ist bei freier Streckung für die Beugung auf 0/0/60⁰ Grad begrenzt.
- Alternativ zur CPM kann auch eine aktive Bewegungsschiene verwendet werden. Hierbei wird allerdings in der Regel eine deutlich geringere Behandlungszeit erreicht.
- Die Mobilisierung der Patienten erfolgt unter Teilbelastung des operierten Beines von 15 kg.

4. - 6. Woche nach der Operation

- Das Bewegungsausmaß ist bei freier Streckung für die Beugung auf 0/0/90⁰ Grad begrenzt. Die Bewegungsübungen erfolgen wie bisher auf der Bewegungsschiene (aktiv oder passiv).
- Die Mobilisierung erfolgt weiter unter einer Teilbelastung mit 15 kg.

7. - 12. Woche nach der Operation

- Das Bewegungsausmaß wird frei gegeben.
- Die Mobilisierung erfolgt unter einer Teilbelastung mit 30 kg.
- Motorschienenbeübung weiterhin mindestens 8 Stunden täglich.