

Nachbehandlung nach Kniearthroskopie

DAS WICHTIGSTE FÜR SIE IN KÜRZE



Klinik für Orthopädie und Traumatologie
des Bewegungsapparates

Nachbehandlung nach Kniearthroskopie

Auf dem folgenden Folder haben wir die wichtigsten Informationen rund um Ihre Nachbehandlung nach oben genannter Operation für Sie zusammengefasst. Dies soll Ihnen die Nachbehandlung vereinfachen.

Wundbehandlung und Fadenentfernung

Für die Fadenentfernung vereinbaren Sie bitte einen Termin bei Ihrem Hausarzt ca. 10 Tage nach der Arthroskopie. Treten Sie nach dem Spitalaufenthalt in eine Rehaklinik ein, werden die Fäden oder Klammern dort entfernt.

Duschen

Solange die Fäden noch liegen, soll die Wunde beim Duschen mit einem wasserdichten Folienpflaster oder einem Plastikschatz abgedeckt werden. Nach Entfernung der Fäden und trockenen Wundverhältnissen dürfen Sie ca. 2 Wochen nach Operation ohne Wundschutz duschen. Sollte die Wunde nass werden, mit einem Handtuch abtupfen, bitte nicht abreiben. Baden ist nach ca. 4–6 Wochen erlaubt.

Pflaster

Das Pflaster, welches auf der Naht ist, kann nach 2 Tagen eigenständig entfernt bzw. gewechselt werden. Fühlen Sie sich jedoch unsicher, melden Sie sich bei Ihrem Hausarzt zur Wundkontrolle und Wechsel des Verbandmaterials.

Antithrombosespritze

Die Antithrombosespritze sollte für 7–10 Tage, sofern nicht anders verordnet, 1x täglich gespritzt werden. Die Uhrzeit sollte in etwa immer dieselbe sein.

Schwellung

Nach der Arthroskopie ist eine Schwellung des Kniegelenkes normal. Sollten jedoch Probleme wie eine Zunahme der Schwellung, Verminderung der erreichten Beweglichkeit, starke plötzlich auftretende Überwärmung, Rötung, Fieber und stärkere Schmerzen auftreten, melden Sie sich doch bitte direkt bei uns zu einer Kontrolle.

Blutergüsse

Blutergüsse im Operationsgebiet sind normal. Kühlen oder auch Quarkwickel 1–2x tgl. bringen Linderung. Achtung: bei Quarkwickeln bitte die Arthroskopie-Wunde ebenfalls mit wasserdichtem Folienpflaster schützen.

Gehen an Unterarmgehstützen

In der Regel dürfen Sie nach der Arthroskopie Ihr Kniegelenk in Streckung voll belasten. Sollte eine knorpelchirurgische Massnahme oder eine Naht des Meniskus durchgeführt worden sein, müssen Sie für 6 Wochen an Gehstöcken teilbelasten. Sollte eine Vollbelastung möglich sein, ist es sinnvoll das Kniegelenk für insgesamt 2 Wochen zu schonen, um dem Gelenk Gelegenheit zur Erholung zu geben. Das bedeutet: Hinkfreies Gehen ohne Unterarmgehstützen sollte normalerweise nach ca. 3–5 Tagen möglich sein. Alternierendes Treppensteigen sollte nach 2 Wochen möglich sein.

Physiotherapie

Melden Sie sich bitte mit dem Ihnen ausgehändigten Rezept bei einer ambulanten Physiotherapie an. Die Verordnung erhalten Sie mit den Austrittspapieren. Diese sollte zu Beginn 1–2 mal pro Woche durchgeführt werden. Ziel ist hier die Abschwellung und Verbesserung der Funktion.

Schmerzmedikamente

Die rezeptierten Medikamente sollten zu Beginn regelmässig eingenommen werden. Sie wirken schmerzstillend und entzündungshemmend. Selbstverständlich können Sie die Schmerzmittel bei Bedarf reduzieren.

Autofahren

In den ersten 2 Wochen nach der Arthroskopie sollte die Belastung in der Beugstellung Ihres Kniegelenks niedrig dosiert sein (Schaltgetriebe!). Dürfen Sie Ihr Bein ohne Einschränkungen voll belasten und sind Sie in Ihrer Funktions- und Reaktionsfähigkeit nicht mehr eingeschränkt, können Sie Ihr Auto wieder fahren, d.h. so lange Sie noch Gehstöcke verwenden, sollten Sie nicht selbst fahren.

Nachkontrolle

Wenn eine Nachkontrolle bei uns vorgesehen ist, erhalten Sie den Termin entweder bei Austritt oder per Post. Bei eventuell auftretenden Problemen ist jederzeit eine Vorstellung bei uns möglich.

Wir hoffen, die vorliegenden Informationen sind hilfreich. Sollten Sie weitere Fragen haben, können Sie jederzeit unter den angegebenen Telefonnummern direkt mit uns in Kontakt treten. Sehr gerne sind wir bereit, Ihnen diese Fragen zu beantworten.

Allerbeste Genesungswünsche
Ihr Knie-Team

PD Dr. med. Michael Hirschmann
Teamleiter Knie



KONTAKT

LIESTAL

Kantonsspital Baselland

Rheinstrasse 26

CH-4410 Liestal

T +41 (0)61 925 25 25

F +41 (0)61 925 20 90

liestal@ksbl.ch

CARE MANAGEMENT

T +41 (0)61 925 37 27

SEKRETARIAT

T +41 (0)61 925 33 58

AMBULATORIUM

T +41 (0)61 925 37 90

BRUDERHOLZ

Kantonsspital Baselland

CH-4101 Bruderholz

T +41 (0)61 436 36 36

F +41 (0)61 436 36 50

bruderholz@ksbl.ch

CARE MANAGEMENT

T +41 (0)61 436 51 68

SEKRETARIAT

T +41 (0)61 436 26 97

AMBULATORIUM

T +41 (0)61 436 27 50