



## Gelenk- und Wirbelsäulen-Zentrum Steglitz

Medizinisches Versorgungszentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie, Physikalische Medizin und Neurochirurgie

# INFORMATIONSBLATT ZU AMBULANTEN ARTHROSKOPISCHEN OPERATIONEN

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

bei Ihnen ist eine Gelenkspiegelung (Arthroskopie) geplant. Dabei wird über einen kleinen Einstich eine Kamera in Ihr Gelenk eingeführt, mit der es möglich ist, alle wichtigen Strukturen Ihres Gelenkes zu begutachten. Die Aufnahmen werden auf einen Bildschirm übertragen. Es ist jedoch nicht sinnvoll den Gelenkinnenraum nur zu betrachten – dazu gibt es heute auch andere diagnostische Untersuchungsmethoden – sondern man möchte entsprechende Veränderungen und Schäden in Ihrem Gelenk im Rahmen dieser Operation beheben. Daher wird ein zweiter, manchmal sogar ein dritter kleiner Einstich vorgenommen, über welchen kleine Spezialinstrumente in Ihr Gelenk eingeführt werden. Es wird somit, falls notwendig, direkt die so genannte arthroskopische Operation durchgeführt. Wie mit Ihnen besprochen, können entsprechende Strukturveränderungen, besonders am Knorpel, an den Schleimhäuten und an dem Meniskus behandelt werden. Es handelt sich zwar um einen sehr kleinen Eingriff, dennoch müsse alle heute gegebenen medizinischen Möglichkeiten genutzt werden, um mögliche Risiken zu minimieren und eine schnelle Genesung zu ermöglichen.

Bitte beachten Sie folgenden Ablaufplan:

### OPERATIONSTAG

Zur Verminderung des Thromboserisikos erhalten Sie am Operationstag Kompressionsstrümpfe, die Sie bitte drei bis fünf Tage tragen.

Darüber hinaus wird das Risiko einer Thrombose durch eine medikamentöse **Thrombose-Prophylaxe** reduziert. Daher erhalten Sie **am Operationstag und den zwei bis fünf darauf folgenden Tagen** jeweils eine **kleine Injektion** mit einem entsprechenden Medikament (Heparin). In bestimmten Fällen ist es notwendig, dass die Thrombose-Prophylaxe länger durchgeführt wird.

Wenn Sie am Operationstag nach Hause kommen, sollten Sie das **Bein möglichst gestreckt halten** und keine härteren Lagerungsmaterialien als z. B. Schaumstoffrollen etc. unter die Knie legen.

Begünstigt wird der Heilungsprozess durch **wiederholtes Kühlen mit Eisbeuteln bzw. Kältekompressen**. Bitte **nur jeweils fünf Minuten**, um Haut- und Gewebeschäden zu vermeiden.

### ERSTER POSTOPERATIVER TAG

Bitte stellen Sie sich zwischen 13 und 14 Uhr in meiner Praxis vor. Dort erhalten Sie einen Operationsbericht mit entsprechender Fotodokumentation und ich werde Sie erneut ausführlich über die Situation und die erfolgten Maßnahmen informieren.

Damit es zu keinen großen Gelenkschwellungen kommt erhalten Sie zusätzlich ein Medikament für vier Tage, welches Schwellungszustände im Körper reduziert. Sie sollten morgens, mittags und abends jeweils eine der Tabletten einnehmen. Das Rezept erhalten Sie am ersten Tag nach der Operation.

Kieler Straße 1  
12163 Berlin-Steglitz

Tel. 030 - 79 74 27 50  
Fax 030 - 79 74 27 59

praxis@gwz-steglitz.de  
www.gwz-steglitz.de

**Dr. med. Volker Laute**  
Facharzt für Orthopädie  
und Unfallchirurgie  
- Kinderorthopädie -

**Dr. med. Damian Görner**  
Facharzt für Orthopädie  
und Unfallchirurgie  
- Rheumatologie -

**Erik Rother**  
Facharzt für Orthopädie

**Christoph Szypula**  
Facharzt für Rehabilitation und  
Physikalische Therapie

**Dr. med. Frank S. Zeilinger**  
Facharzt für Neurochirurgie

**Uta Assmann**  
Fachärztin für Neurochirurgie

### Spezielle Sprechstunden

- Kniesprechstunde
- Schultersprechstunde
- Wirbelsäulensprechstunde
- Fußsprechstunde
- Operationssprechstunde
- Kindersprechstunde
- Privatsprechstunde

### Spezielle Untersuchungstechniken

- Digitales Röntgen
- Sonographie
- KT-1000-Messung
- Laufbandanalyse
- EMG-Messung
- 3D-WS-Vermessung

### Spezielle Behandlungstechniken

- Arthroskopische Operationen
- Kniegelenkschirurgie
- Schulterchirurgie
- Wirbelsäulenchirurgie
- Minimalinvasive Wirbelsäulenthherapie
- Fußchirurgie
- Ambulante Operationen
- Chirotherapie
- Akupunktur
- Magnetfeldtherapie
- Hyaluronsäuretherapie
- Stoßwellentherapie
- Hochtontherapie
- Lasertherapie
- Orthokintherapie

### Operative Standorte

- Krankenhaus Waldfriede
- Zentralklinikum Emil v. Behring
- St. Marien Krankenhaus
- St. Joseph Krankenhaus
- AOZ Spindelmühlerweg
- Privatklinik Clinica Vita
- Universitätsklinikum Benjamin Franklin
- Bethel-Krankenhaus

### ZWEITER BIS FÜNFTER POSTOPERATIVER TAG

Beginnen Sie ab dem zweiten Tag nach der Operation mit folgenden Bewegungsübungen im Liegen:

- Rhythmisches Auf- und Abbewegen beider Füße in den Sprunggelenken zur Förderung der Blutzirkulation
- Anspannen des operierten Kniegelenkes in gestreckter Position und anschließendes Lockerlassen als Spannungsübung für die Oberschenkelmuskulatur, bitte vergessen Sie hierbei das Ein- und Ausatmen nicht
- Anheben des gestreckten Beines im Liegen, etwa fünf- bis zehnmal
- Vorsichtiges Anbeugen des operierten Kniegelenkes

### AM VIERTEN POSTOPERATIVEN TAG

... ist eine **ärztliche Nachkontrolle** vorgesehen. Sollten Sie von einem Arzt zur Operation zugewiesen worden sein, so stellen Sie sich an diesem Tag bei dem entsprechenden Kollegen wieder vor.

### GEBRAUCH DER GEHSTÜTZEN

Die Benutzung der von uns verordneten **Gehstützen** erfolgt nach dem jeweiligen individuellen Gelenkstatus. Beim normalen Ablauf werden die Stützen **ca. drei Tage konsequent** benutzt, wobei das operierte Bein durchaus auf den Boden auf tippen darf (nur eine volle Gewichtsbelastung sollte vermieden werden).

Zwischen dem dritten und dem siebten Tag sollen die Stützen in häuslicher Umgebung bereits weggelassen werden. Bei längeren Strecken (Arztbesuche, Krankengymnastik etc.) sollten sie weiterhin verwendet werden.

Ab dem achten postoperativen Tag brauchen die Stützen in den meisten Fällen nicht mehr benutzt werden. Es sollte jedoch vorher Rücksprache mit dem behandelnden Arzt erfolgen.

### FADENENTFERNUNG

Zwischen dem achten und zehnten postoperativen Tag wird die **Fadenentfernung** in der Arztpraxis vorgenommen.

Bei weiteren Fragen wenden Sie sich bitte direkt an mich. Sie können Ihre Telefonnummer in meiner Praxis hinterlassen, so dass ich Sie am Abend oder spätestens am nächsten Tag zurückrufen kann.

Eine schnelle Genesung nach der Operation wünschen Ihnen

*Dr. med. Volker Laute    Dr. med. Damian Görner    Erik Rother    und Ihr Praxisteam*

