



Gelenk- und Wirbelsäulen-Zentrum Steglitz

Medizinisches Versorgungszentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie, Physikalische Medizin und Neurochirurgie

NACHBEHANDLUNGSSCHEMA MENISKUS

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Sie wurden am Innen-/Außenmeniskus operiert.

Bitte beachten Sie in den nächsten postoperativen Wochen folgende Hinweise:

- Lagern Sie das operierte Bein so oft wie möglich hoch.
- Kühlen Sie 4-5 x am Tag das Betroffene Knie.

(in Handtücher eingewickelte Eiswürfel, Coolpacks etc.)
- Je nach Schmerzempfinden/Schwellung 4-5 Tage die Unterarm-Gehstützen benutzen.
Das operierte Bein sollte mit ca. 10-15 kg teilbelastet werden.
- Mehrmals am Tag (ca. 100 x) das Knie durchstrecken. Eine Beugung sollte in den ersten 2-3 Wochen **NICHT** intensiv trainiert werden. Das Knie **NICHT** immer in gebeugter Stellung halten.
- Für ca. 1 Woche abschwellende Medikamente (z. B. Diclofenac);
Morgens und Abends jeweils 1 Tablette zum Essen einnehmen.
- Beim Duschen darf das operierte Knie kurzzeitig nass werden, danach ein neues Pflaster verwenden. **BITTE NICHT BADEN !**
- Der Fadenzug sollte ca. am 8. postoperativen Tag durch den weiterbehandelnden Arzt erfolgen.
- Mit der Krankengymnastik kann zügig begonnen werden und bis zu 2 Wochen beibehalten werden.

Dr. med. Volker Laute

Dr. med. Damian Görner

Erik Rother

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
- Orthokinetherapie

Operative Standorte

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