

# Nachbehandlungsplan

## Peronealsehnen

Ab Tag 1 nach der Operation:

- Mobilisation im Unterschenkelwalker mit 20 kg Teilbelastung
- Verwendung von Unterarmgehilfen
- Dennoch bis zum Abschluss der Wundheilung tendenzielle Schonung und Hochlagerung empfohlen
- Thromboseprophylaxe
- Entfernung Nahtmaterial bei gesicherter Wundheilung ab dem 14. Postoperativen Tag

Ab Abschluss der Wundheilung – ca. ab der 3. Postoperativen Woche:

- Mobilisation im Walker mit halbem Körpergewicht Teilbelastung
- Verwendung von Unterarmgehilfen
- Thromboseprophylaxe

Ab der 7. Postoperativen Woche:

- Aufbelastung im Sportschuh beschwerdeadaptiert (Richtwert: 20 kg/Woche)
- Tragen einer Knöchelbandage
- Thromboseprophylaxe bis der Unterschenkelwalker nicht mehr getragen wird
- Beübung/Propiorenzeption der Beweglichkeit des oberen Sprunggelenks

Kontrolluntersuchung:

3 Monate nach der Operation