

## Rehabilitationsanleitung nach Rippenknorpelinterposition bei Rhizarthrose

**OP-Datum:            Tagesdatum**

**für PatAnrede PatTitel PatVorname PatNachname**

Zeitspanne	Aktivität und Rehabilitationsmaßnahme
1. Woche	Elasto-kompressiver Verband und Gipsschiene!  Lymphdrainage mit Bewegungen im schmerzfreien Bereich (nur Daumengrund- und –endgelenk bei fixiertem MHK !!!!!) erlaubt, Eistherapie,
2. Woche	Bei reizlosen Wunden: Gips ex! Kurze Daumenorthese über elasto-kompressiven Verband je nach Schwellung. Fäden ex nach 12-14 Tagen. Eigenständige Narbenbehandlung.  Lymphdrainage, Eistherapie, eigenständige Bewegungsübungen aktiv und passiv (nur Daumengrund- und –endgelenk bei fixiertem MHK !!!!!) keine Belastung!
3.-4. Woche	Bei reizloser Wunde! Orthese ohne Wickel, ggf. weiter Lymphdrainage, Eistherapie,  weiter nur minimale eigenständige Gelenkmobilisation(nur Daumengrund- und –endgelenk bei fixiertem MHK !!!!!).
Ab der 5. Woche	Physiotherapie (nur Daumengrund- und –endgelenk bei fixiertem MHK !!!!!). Beginn mit vorsichtiger Mobilisation des „Sattelgelenkes“ nur im absolut schmerzfreien Bereich.  Orthese weiter Tag und Nacht, Zur vorsichtigen eigenständigen Beübung ohne fixierten MHK I ist jetzt die Abnahme der Orthese erlaubt.
Ab der 7. Woche	Orthese darf ab! Ggf. noch nachts. Auch bei alltäglichen Verrichtungen noch Orthese anziehen!  Physiotherapie mit Steigerung der Mobilisation.
Ab der 9. Woche	Orthese nur noch bei echten Belastungen, Bei freier Beweglichkeit (Daumenkuppe erreicht das beugeseitige Kleinfingergrundgelenk) darf mit dosiertem Krafttraining begonnen werden
Ab der 12. Woche	Orthese darf weg!

Die individuelle Behandlung und der entsprechende Belastungsaufbau kann im Einzelfall von den o.g. Richtwerten abweichen. Der Physiotherapeut/-in kann dies von der aktuellen Situation abhängig machen.

In Absprache mit dem Behandler sollten in regelmäßigen Abständen Kontrolluntersuchungen stattfinden.

Bei Rückfragen wenden sich bitte an die Praxis unter Tel.: 02233 9493315

### Nachbehandlungsschemata

Praxis für Unfall- und Handchirurgie,            Dr. Jörn Heidemann,            Theresienhöhe 1, 50354 Hürth

- Rippenknorpelinterposition bei Rhizarthrose -