

**Rehabilitationsanleitung nach  
Ganglionentfernung, offene OP**

**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 erlaubt, Eistherapie,
2. Woche	Gips ex! Kurze leichte Handgelenksorthese für die Nacht und für minimale Belastungen, Elasto-kompressiver Verband je nach Schwellung Lymphdrainage, Eistherapie, Krankengymnastische Bewegungsübungen aktiv Gelenkmobilisation mit dem Therapeuten, keine Belastung! Faszientherapie für den Unterarm.
3.-6. Woche	zunehmende Belastung mit der Orthese erlaubt. Orthese nicht mehr zwingend in der Nacht Lymphdrainage, Eistherapie, weitere Gelenkmobilisation, nun auch passiv. Faszientherapie für den Unterarm
Ab der 7. Woche	Weitere Belastung auch ohne Orthese, Physiotherapie auch bis zur Schmerzgrenze, Krafttraining erst bei nahezu freier Beweglichkeit Noch keine Handsportarten
Ab dem 4. Monat	Handsport ohne Orthese erlaubt!

Die individuelle Behandlung und der entsprechende Belastungsaufbau können 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

- Ganglionentfernung, offene OP -