



Auf dem **Operationsbericht** sind nicht nur die Operation, sondern auch das weitere Vorgehen dokumentiert.



Die **Fadenentfernung** erfolgt nach 14 Tagen in der Hausarztpraxis (Termin steht auf dem Operationsbericht. Bitte Zeit beim ersten Verbandwechsel, oder telefonisch abmachen).



Die **Nachkontrolle bei Dr. Budic** findet nach 6 Wochen statt (Termin und Zeit stehen auf dem Operationsbericht; bei Terminkollisionen kann der Termin verschoben werden).



Bei **Problemen** (Schmerzen, Nachblutung, starke Schwellung, Fieber, Schüttelfrost, Wundheilungsstörung etc.) bitte Dr. Budic unter der Woche über die Praxis und am Wochenende über das Spital Leuggern kontaktieren.



**Stockentlastung** mit 20-30 kg während 6 Wochen. Anschliessend und sofern möglich zur Vollbelastung ohne Stöcke übergehen.



Die **Kniemobilisation** ist nach alleiniger Kreuzbandplastik frei. Nach Meniskusnaht sollte die Beugung während 6 Wochen 90° nicht überschreiten.



Ein **Kniebrace** mit Beugehemmung bei 90° wird nach einer Meniskusnaht von Dr. Budic angepasst.



**Aktivitäten** Die ersten 2-3 Wochen das Knie schonen, kühlen, hochlagern, wenn möglich kleinere Spaziergänge unternehmen.



Auf dem **Rezept** sind Schmerzmittel und ein Blutverdünner verordnet.



**Schmerzmitteleinnahme** (i.d.R. Dafalgan und Irfen) bei Bedarf.



**Thromboseprophylaxe** (Vermeidung von Blutgerinnseln) i.d.R. Xarelto Tabletten während 6 Wochen (Ausnahmen werden besprochen).



Eine **Kinetec-Schiene** (motorbetriebene Bewegungsschiene) wird nach telefonischer Rücksprache und Vorauszahlung von der Firma Wintermed per Post zugestellt. Seit 2022 erfolgt keine Kostenübernahme mehr durch die Krankenkassen. Das bedeutet für Sie einen Kostenaufwand von ca. 350 CHF. Es geht auch ohne Kinetec-Schiene.



Die **Physiotherapie** sollte sobald wie möglich nach Spitalaustritt angegangen werden, mindestens 2 x Woche, der Ort kann frei gewählt werden.



Das **Arbeitszeugnis** ist für 6 Wochen ausgestellt. Eine Anpassung bei rascherer Erholung oder bei längerem Arbeitsausfall bitte bei Dr. Budic anfordern.