



Team von Chefarzt
PD Dr. med. Marc Röllinghoff

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

mit diesem Schreiben informieren wir Sie über die geplante Operation. Grundsätzlich hat die Operation das Ziel, dass Sie nach einer individuellen Übergangszeit alle Ihre Tätigkeiten wieder aufnehmen können. Dennoch sollten Sie nachfolgende Hinweise und Empfehlungen befolgen.

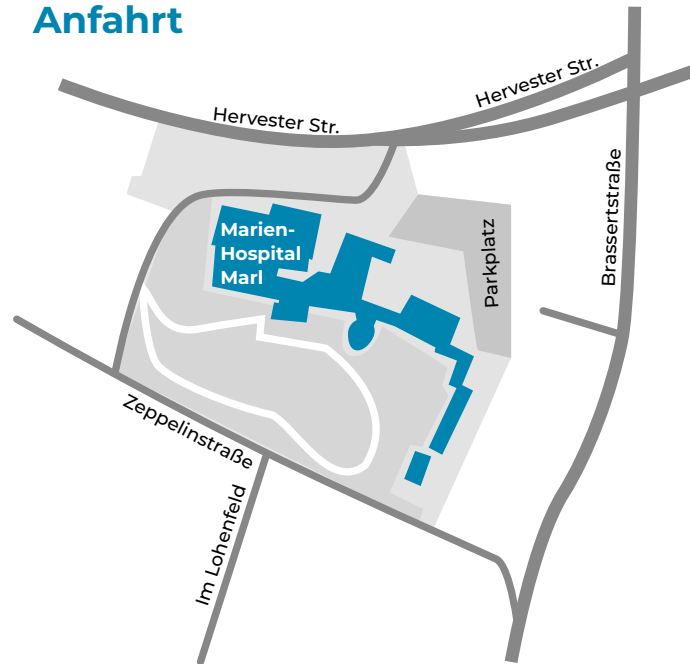
Herzliche Grüße,

Ihr

Priv.-Doz. Dr. Marc Röllinghoff
Chefarzt der Klinik für Chirurgie,
Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie
und Wirbelsäulenchirurgie

FOCUS Top-Mediziner Wirbelsäulenchirurgie
2021, 2022, 2023, 2024

Anfahrt



Marien-Hospital Marl
Klinik für Chirurgie,
Fachbereich Orthopädie, Unfallchirurgie
und Wirbelsäulenchirurgie
Hervester Str. 57 • 45768 Marl
T +49 2365 911-33105
F +49 2365 911-33102
E marl.chirurgie@kkrn.de

22425 - Stand 05/2024

marien-hospital-marl.de



Scan mich!
mehr Infos



Marien-Hospital
Marl
marien



Verhalten nach einer Sprunggelenksfraktur

Ein Krankenhaus der KKRN Katholisches Klinikum Ruhrgebiet Nord GmbH im Leistungsverbund der KERN Katholische Einrichtungen Ruhrgebiet Nord GmbH



KERN Katholische Einrichtungen Ruhrgebiet Nord GmbH

Was müssen Sie nach der Operation und der Entlassung beachten?

Arbeitsbeginn:

In der Regel nach 10 bis 12 Wochen, je nach Tätigkeit unterschiedlich. (Ihr Arzt gibt Auskunft)

Autofahren:

Als Beifahrer: Sofort

Als Fahrer: Nach Wiedererlangen der Gangsicherheit unter Vollbelastung ohne Hilfsmittel

Baden:

In Abhängigkeit von der Gipsbehandlung.

Bei gipsfreier Nachbehandlung: Nach 4 Wochen

Bei Gips-Behandlung: Der Gipsverband muss vor Nässe geschützt werden. Fragen Sie Ihren behandelnden Arzt oder ihr betreuendes Pflegepersonal.

Bewegung:

In aller Regel ist nach operativer Versorgung eines Sprunggelenkbruches die Teilbelastung mit 10 bis 20 kg erlaubt. Eine größere Belastung verträgt der noch nicht verheilte Knochen in aller Regel nicht, insbesondere bei Vorliegen einer Stellschraube ist eine größere Belastung zu vermeiden, da die eingebrachte Stellschraube sonst brechen könnte.

Auch wenn Sie eine Gipsschiene tragen müssen, sind die Bewegung und das Training der Bewegung von Hüft- und Kniegelenk notwendig ebenso wie das Muskelaufbautraining der Ober- und Unterschenkel-

muskulatur der betroffenen Extremität. Bei Gipsfreier Behandlung sollte auch das Sprunggelenk trainiert werden mit Heben und Senken des Fußes, wobei die Verkippung nach innen oder außenseitig vermieden werden sollte.

Belastung

In aller Regel kann nach Ablauf von 6 Wochen, jedoch frühestens nach Entfernung der Stellschraube, mit einer zunehmenden Belastung angefangen werden. Hierzu ist die weitere Verwendung von beiden Unterarm-Gehstützen vonnöten. Der Belastungsaufbau dauert in der Regel zwischen 2 und 4 Wochen, so dass Sie nach ca. 8 bis 10 Wochen nach der operativen Versorgung Ihres Sprunggelenksbruches sicher ohne Gehstützen laufen können sollten.

Auch hiernach besteht die Möglichkeit einer Schwellneigung und gelegentlicher Schmerzen nach stärkerer Belastung. Sprechen Sie hierüber mit Ihrem behandelnden Arzt.

Nachdem Sie die hilfsmittelfreie Gangsicherheit wiedererlangt haben, steht auch einer zunehmenden sportlichen Tätigkeit nichts im Wege. Es gibt keinerlei Einschränkung bei sportlichen oder sonstigen Aktivitäten, wobei Sie sich eine langsame Eingewöhnungszeit gönnen sollten.



i Anmeldung über das Sekretariat

Nach telefonischer Voranmeldung über das Sekretariat. Weitere Informationen über die BG- und Gelenksprechstunde erhalten Sie über das Sekretariat.

T +49 2365 911-33105

E marl.chirurgie@kkrn.de

Bitte beachten Sie Folgendes! Sollten nach Ihrem stationären Aufenthalt starke Schmerzen oder Fieber auftreten, suchen Sie bitte umgehend Ihren betreuenden Orthopäden oder unsere Klinik auf!

