



Nachbehandlung – Proximale Femurfraktur „Körpernaher Oberschenkelbruch“

Meist verursacht durch einen direkten Sturz auf die Hüfte, kommt es zu einem Bruch in diesem Bereich.

Nach der operativen Versorgung sollten Sie darauf achten, schnell wieder aktiv zu werden, da eine lange Liegedauer die Heilungsphase negativ beeinflussen kann. Daher ist bereits im Krankenhaus die Erweiterung Ihrer Belastbarkeit und Beweglichkeit, wie auch Schmerz- und Schwellungsreduktion, von großer Bedeutung.

Des Weiteren wird Ihnen der korrekte und sichere Umgang mit Unterarmgehstützen/Rollator gezeigt und die Wichtigkeit des Muskelaufbaus des gelenkumschließenden Bereichs nahegebracht.



Beachten

- Tragen Sie immer festes Schuhwerk (geschlossene Schuhe oder Schuhe mit Fersenriemen)
- Entfernen Sie Stolperfallen wie Badvorleger oder lose Kabel
- Gehen Sie nach der Operation mehrmals täglich für einige Minuten umher
- Sorgen Sie nach längerer Belastung auch für Entlastung! (flach Liegen, Hüfte gestreckt)

Beachten Sie die Vorgaben des behandelnden Arztes/Operateurs!

Nachbehandlungsschema für Ihren Physiotherapeuten

0. – 2. Tag post OP

Limits: Bewegung frei bis Schmerzgrenze
Keine Vollbelastung bis Entfernung der Redondrainage

- manuelle Lymphdrainage/
Resorptionsförderung
- Prophylaxen (Pneumonie und Thrombose
durch Wadenpumpe)
- Kühlen
- Kreislaufanregung
- Beüben des korrekten
Bewegungsverhaltens
- Schmerzreduktion mittels Weichteiltechniken



3.-7. Tag post OP

Limits: schmerzadaptierte Mobilisation und Vollbelastung

- manuelle Lymphdrainage/Resorptionsförderung
- Schmerzreduktion
- Gangschule für physiologischen Gang mit Unterarmgehstützen/
Rollator/Gehwagen
- Erlernen des Treppensteigens mit Unterarmgehstützen
- Motivation zu selbstständigem Üben nach Absprache
- Erhalt/ Erweiterung des Bewegungsausmaßes

Ab 2. Woche post OP

Limits: schmerzadaptierte Mobilisation und Vollbelastung

- Aktivierung/Kräftigung/Stabilisierung Hüfte
- Info über korrektes Alltagsverhalten und Einüben
patientenorientierter Maßnahmen (Hobbies, Arbeit etc.)
- Erhalten und Verbessern der Sensibilität, Propriozeption und
Koordination

**Primär gelten die Nachbehandlungsvorgaben des Operateurs/behandelnden Arztes.
Bei Fragen ist dieser zu kontaktieren.**

Physiopark im St. Josef
Leiterin Physiotherapie
Veronika Vest
0941-7825500
st.josef@physiopark-regensburg.de

Caritas-Krankenhaus St. Josef
Klinik für Unfallchirurgie
Direktor: Prof. Dr. med. Johannes Zellner
0941-7823811
unfallchirurgie@caritasstjosef.de