



Tibia-/ Fibula Osteotomie

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0.- 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (geschlossen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Calcaneus-/ Cotton-/ Talus-/ BRT-Osteotomie

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (geschlossen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



ReveL-/ Akin-/ Hohmann-/ Coughlin-Osteotomie

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• DARCO Schuh bei Mobilisation• Jeans Schiene in der Nacht	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 4 Wochen 15 kg Teilbelastung• 2 Wochen Vollbelastung erlaubt	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)• Bei Hallux korrigierender Verband	<ul style="list-style-type: none">• Frei (OSG und Subtalargelenk)• Bei Hallux korrigierende Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



OSG Arthrodeese

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (geschlossen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Orthopädischer Schuh
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Frei (peritalar)	<ul style="list-style-type: none">• Frei (peritalar)
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Subtalar-/ Talonavicular-/ Diple-/ NC-/ TMT-Arthrodesese

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none"> • Unterschenkel Gips (geschlossen) 	<ul style="list-style-type: none"> • Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh) 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei
Belastung	<ul style="list-style-type: none"> • 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken 	<ul style="list-style-type: none"> • Gehstöcke abtrainieren (schrittweise) 	<ul style="list-style-type: none"> • Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • Keine 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none"> • Gangschulung 	<ul style="list-style-type: none"> • OSG Beweglichkeit • Grundlagenausdauer • Mobilisation der Narbe 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Krafttraining • Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none"> • Keinen 	<ul style="list-style-type: none"> • Fahrradergometer 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei



MTP-I Arthrodesese

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none"> Gipsschuh Tag und Nacht 	<ul style="list-style-type: none"> Keine 	<ul style="list-style-type: none"> Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none"> 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken 	<ul style="list-style-type: none"> Gehstöcke abtrainieren (schrittweise) 	<ul style="list-style-type: none"> Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> OSG Beweglichkeit (ab Woche 3) 	<ul style="list-style-type: none"> Frei 	<ul style="list-style-type: none"> Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none"> Abschwellung Gangschulung 	<ul style="list-style-type: none"> Grundlagenausdauer Mobilisation der Narbe 	<ul style="list-style-type: none"> Funktionelles Krafttraining Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none"> Keinen 	<ul style="list-style-type: none"> Fahrradergometer 	<ul style="list-style-type: none"> Frei



OSG Fraktur

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (offen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschule	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



OSG Prothese

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0.- 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (offen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Beschwerdeadaptierte Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



OSG Distorsion

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

- **Leichte Distorsion:** Laterale Druckdolenz und Hämatom; Vollbelastung möglich, keine ossäre Läsionen in der Bildgebung
- **Schwere Distorsion:** Mediale und laterale Druckdolenz und Hämatom; Vollbelastung nicht möglich, ossäre Läsionen in der Bildgebung

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Wochen	
	<u>Leichte Distorsion</u>	<u>Schwere Distorsion</u>	<u>Leichte und schwere Distorsion</u>	
Orthese	<ul style="list-style-type: none"> • VACOTALUS 	<ul style="list-style-type: none"> • VACOPED 	<ul style="list-style-type: none"> • MalleoTrain Bandage 	<ul style="list-style-type: none"> • Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none"> • Vollbelastung erlaubt 	<ul style="list-style-type: none"> • Beschwerdeadaptiert 	<ul style="list-style-type: none"> • Vollbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> • Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none"> • OSG nach 2 Wochen 	<ul style="list-style-type: none"> • OSG nach 2 Wochen 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei 	<ul style="list-style-type: none"> • Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none"> • Abschwellung • OSG Mobilisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Abschwellung • OSG Mobilisation 	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionelles Krafttraining 	<ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifisch Training
Sport	<ul style="list-style-type: none"> • Fahrradergometer 	<ul style="list-style-type: none"> • Nicht empfohlen 	<ul style="list-style-type: none"> • Schwimmen, Wandern 	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Restriktionen



OSG Arthroskopie/ Debridement

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• DARCO Schuh für 2 Wochen	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Beschwerdeadaptierte Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Frei (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Kraftaufbau (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Frei (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei



OSG Bandrekonstruktion

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• VACOPed bei Mobilisation• Jeanschiene für die Nacht	<ul style="list-style-type: none">• Bandage (z.B. MalleoTrain)	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 2 Wochen 15 kg Teilbelastung• 4 Wochen Vollbelastung erlaubt	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



OSG Knorpelrekonstruktion

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültige Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (offen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Peroneal-/ Tibialis anterior/ Tibialis posterior Sehneneingriff

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• Unterschenkel Gips (geschlossen)	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (z.B. Künzli Schuh)	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Achillessehne Naht/ Rekonstruktion

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Wochen
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• 0 - 2 Woche: Gips 20° Plantarflexion• 3 - 4 Woche: Stabilschuh grosser Keil• 5 - 6 Woche: Stabilschuh kleiner Keil	<ul style="list-style-type: none">• Stabilschuh am Tag (Neutralposition)	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• 15 kg Teilbelastung an Gehstöcken	<ul style="list-style-type: none">• Gehstöcke abtrainieren (schrittweise)	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• OSG Beweglichkeit (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Gangschulung	<ul style="list-style-type: none">• Grundlagenausdauer• Mobilisation der Narbe	<ul style="list-style-type: none">• Funktionelles Krafttraining• Sportartspezifisches Training
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Fahrradergometer	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Plantarfaszie/ Gastrocnemius und Achillessehnen Verlängerung

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültigen Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• VACOPed bei Mobilisation (2 Wochen)• Jeanschiene für die Nacht (2 Wochen)	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Beschwerdeadaptierte Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Frei ab Woche 3	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Kraftaufbau (ab Woche 3)	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei



Entfernung Haglund Exostose

Die folgenden Angaben sind keine allgemeingültige Richtlinien- schriftliche Verordnung beachten (Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt festgelegt).

	0. - 6. Woche	7. - 12. Woche	Ab 13. Woche
Orthese	<ul style="list-style-type: none">• VACOPed bei Mobilisation (2 Wochen)• Jeans Schiene in der Nacht (2 Wochen)	<ul style="list-style-type: none">• Keine	<ul style="list-style-type: none">• Keine
Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Beschwerdeadaptierte Belastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung	<ul style="list-style-type: none">• Vollbelastung
Beweglichkeit	<ul style="list-style-type: none">• Frei nach 2 Wochen	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei
Physiotherapie	<ul style="list-style-type: none">• Abschwellung• Mobilisation (frei)	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einschränkungen
Sport	<ul style="list-style-type: none">• Keinen	<ul style="list-style-type: none">• Frei	<ul style="list-style-type: none">• Frei