

Hüft-TEP – Nachbehandlung

Ab 1. Tag post-OP

- Mobilisation an Unterarmgehstützen, trotz erlaubter Vollbelastung
- Angrenzende Gelenke freihalten
- Aktives, funktionelles Training der Hüfte
- KEINE Abduktion, Außenrotation, Flexion über 90° der Hüfte
- KEIN Abheben des gestreckten Beines aus Rückenlage
- Schlafen auf der operierten Seite erlaubt

Ab 1. Woche post-OP

- Treppenlaufen mit Gehstützen erlaubt → Gesundes Bein voraus beim hochgehen, krankes Bein voraus beim hinunter gehen

Ab 4. Woche

- Entwöhnung der Unterarmgehstützen

Ab 6. Woche post-OP

- Schlafen auf der nicht operierten Seite erlaubt