

## **Reha-Schema für ACT-Matrix-Implantation retropatellar:**

### **1. bis 2. Tag:**

- Ruhigstellung des betroffenen Gelenkes mittels Tutor in 30° Flexionsstellung

### **3. Tag bis 3. Woche**

- CPM-Bewegungstherapie begrenzt auf 0/30/90° für einen Zeitraum von 3 Wochen
- Belastung im 3-Punkte-Gang
- Keine aktive Streckung gegen Widerstand in den ersten 12 Wochen
- Kein Treppensteigen

### **4. bis 6. Woche**

- CPM-Bewegungstherapie
- Bewegungsausmaß ist freigegeben
- Vollbelastung ist erlaubt

### **7. bis 12. Woche**

- Beginn aktiv assistiver Physiotherapie ohne Beübung gegen Widerstand
- Ergometertraining ohne Widerstand

### **Ab 13. Woche**

- Muskelaufbautraining unter Anleitung eines Physiotherapeuten
- Ergometertraining auf mittlerer Stufe

### **Nach 6 Monaten**

- Radfahren, Schwimmen

### **Nach 12 Monaten**

- Tennis, Squasch, Skifahren