



Abteilung für Orthopädie und Traumatologie

Leiter: Prim. Dr. T. Herz

Tel.: +43 (0)5372 / 6966 - 3201

Fax: +43 (0)5372 / 6966 - 1932

Mail: orthotrauma@bkh-kufstein.at

## Behandlungsschema Achillessehnenriss konservativ

Sehr geehrte/r Patient/in,

bei Ihnen wurde ein Achillessehnen-Riss festgestellt und eine konservative (nicht operative Behandlung) vereinbart.

Im Folgenden informieren wir Sie über häufige Fragen und Ihre Weiterbehandlung.

Bei außerplanmäßigen Problemen kontaktieren sie unser Sekretariat (Tel: +43 (0)5372 / 6966 - 3201) bzw. den diensthabenden Facharzt für Orthopädie und Traumatologie im BKH Kufstein.

### Besonderheiten:

.....

.....

.....



## Behandlungsablauf Achillessehne konservativ:

- **Anfangs** Ruhigstellung des Fußes im Unterschenkelspaltgips in 20° Plantarflexion =Spitzfußstellung bis der Aircast-Achilles-Walker vorhanden ist (Verordnung wird mitgegeben)
- So bald vorhanden Wechsel auf Aircast-Achilles-Walker (Vario-Stabil Schuh oder Aircastwalker, je nach Kostenübernahme durch die Kasse) mit zumindest 3 Keilen **bis zur 6. Woche** nach Behandlungsbeginn
  - Dieser ist 24h/7 Tage die Woche zu tragen oder alternativ eine ventrale Lagerungsschiene in 20° Spitzfußstellung zur Nacht.
  - Achtung: Der Fuß muss **6 Wochen immer in Spitzfußstellung** bleiben (hängen), keine Bewegung im Sprunggelenk bei Abnahme zur Körperpflege (Sockenanziehen) oder beim Wechsel auf Lagerungsschiene
  - **Vollbelastung im Aircast-Achilles-Walker erlaubt!**
  - **Thromboseprophylaxe bis zur Entfernung des Aircast-Achilles-Walker nach ca. 8 Wochen**
  - Kontrolle mit Ultraschall nach 4 Wochen und 8 Wochen
- **Nach 6 Wochen:** Entfernung der ventralen Schiene und Absatzverminderung im Aircast-Achilles-Walker wöchentlich (1. Keil nach 6 Wochen, 2. nach 7, 3. nach 8). Nach 6 Wochen darf das Sprunggelenk in Neutralstellung, ab der 8. Woche schonend bis zur Schmerzgrenze mobilisiert werden. In der Nacht soll bis zur 8. Woche der Fuß in Neutralstellung gesichert sein (z.B. Schiene).
- Entfernung des Aircast-Achilles-Walkers **nach 8-10 Wochen**. Bis zur 12. Woche Einlage eines viskoelastischen Achillessehnenkeils in normale Schuhe.
- Die **Physiotherapie** kann nach Anlage des Aircast-Achilles-Walkers beginnen:
  - Bis 6. Woche. Gangschulung (kleine Schritte) inkl. Koordinationstraining, eventuell Ergometerfahren im Walker (wenig Widerstand, Ferse aufsetzen)
  - Nach 6 Wochen aktive und passive Mobilisierung bis Neutralstellung ohne Widerstand
  - Nach 8 Wochen aktive und passive Mobilisierung im schmerzarmen Bereich, Kräftigung gegen langsam zunehmenden Widerstand, ev. Unterwasser, Ergometer, Schwimmen
  - Lauftraining frühestens nach 12 Wochen mit viskoelastischem Keil, Stop and Go Sport frühestens nach 6 Monaten

Wir wünschen Ihnen gute Besserung und alles Gute!