

## Nachbehandlungsschema: Spaltung Unterschenkelloge

Stützstrümpfe müssen für 3-4 Wochen getragen werden

\*Die Evaluations- und Progressionskriterien werden jeweils am Ende der Rehabilitationsphase erhoben.  
Werden die Evaluations- und Progressionskriterien nicht erfüllt, verzögert sich der gesamte Rehabilitationsverlauf.

| Phase                                 | Ziele nach ICF   | Behandlungsmassnahmen  | Evaluations- und Progressionskriterien*                                       |
|---------------------------------------|--|--|---|
| <b>Phase 1</b><br>(Woche 1 und 2)     | <b>Struktur</b><br>Reduktion der Schmerzen<br>Reduktion der Schwellung<br><br><b>Aktivität</b><br>Hinkfreies Gehen               | Schmerzmanagement<br>Abschwellende Massnahmen<br>Weichteilbehandlung Unterschenkelmuskulatur<br>Aktivierung Unterschenkelmuskulatur<br>Gangschulung (Stockentlastung nur so lange wie nötig)<br>Proprioceptive Übungen<br>Fahrradergometer | Entzündungszeichen<br>Gesicherte Wundheilung Hautnarbe<br>Hinkfreies Gangbild |
| <b>Phase 2</b><br>(ca. Woche 3 bis 6) | <b>Aktivität</b><br>Leichtes Jogging   | Narbenmobilisation<br>Kraftaufbau nach Bedarf<br>Intensivierung proprioceptiver Übungen<br>Lauf und Sprung-ABC mit stabiler Beinachse<br>Joggen (Beginn wenn Lauf- und Sprung ABC beschwerdefrei)  | Beschwerdefreies Joggen   |
| <b>Phase 3</b><br>(ab ca. Woche 7)    | <b>Aktivität</b><br>Sportartspezifische Bewegungsabläufe<br><br><b>Partizipation</b><br>Kontinuierlicher Wiedereinstieg in Sport | Stop and Go Belastungen<br>Sportart-spezifische Bewegungen<br>Kontinuierlicher Wiedereinstieg in Sport   |   |