

WAS MUSS MAN NACH DER OP BEACHTEN?

Nach einer Sprunggelenks-OP in den Urlaub? „Ist möglich“, sagt **Dr. Werner Zirngibl**, Orthopäde und Sportmediziner im MVZ im Helios München. Ein **künstliches Sprunggelenk** kann auf zwei Arten implantiert werden: die zementfreie und die zementierte. „Ein zementiertes Gelenk ist relativ **schnell wieder belastbar**. Nach der Wundheilung kann man mit dem Boden-



Dr. med. Werner Zirngibl, Orthopäde und Sportmediziner

kontakt beginnen, nach zwei bis vier Wochen voll auftreten.“ Grundsätzlich ist Hitze für die Heilung nicht ideal: „Wird das Bein jedoch **gekühlt und hochgelagert** und die Wunde desinfiziert, ergeben sich normalerweise keine Komplikationen“, so Zirngibl. Wichtig sind Lymphdrainagen, damit sich die Flüssigkeit nicht im Fuß staut, sowie Physiotherapie, um das Gelenk zu bewegen. S. F.