

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

## Allgemeine Richtlinie im Rahmen der Operation am Kniegelenk

### Allgemeine Grundsätze im Rahmen einer Kniegelenkoperation

Bestimmte Dinge sind nach einer Operation an Ihrem Kniegelenk unbedingt zu beachten. Diese erklären wir Ihnen natürlich persönlich im Vorfeld der Operation. Diese Richtlinie gilt als Orientierung und trifft sicher nicht für jeden Patienten immer genauso zu. Bei Fragen können Sie sich gerne auch ohne Termin an einen unserer Standorte wenden. Im Notfall besteht die Möglichkeit sich an einer hiesigen Notaufnahme vorzustellen.

#### • Vor der Operation

Vor der Operation erklären wir Ihnen alle relevanten Schritte. Sollten Sie in den Tagen oder am Tag vor der Operation Fieber, Schüttelfrost, Unwohlsein oder Ähnliches haben, bitten wir Sie höflichst, sich bei uns noch vor der Operation zu melden. Es kann sein, dass die Operation in diesem Fall dann verschoben werden muss. Eine weitere Abklärung durch den Hausarzt wäre dann empfohlen. Sollten Sie aus anderen Gründen starke Medikamente, Antibiotika oder ein Medikament zur Blutverdünnung einnehmen, müssen Sie uns das unbedingt mitteilen. Bitte erscheinen Sie nüchtern zu der Operation, d.h. verzichten Sie auf Essen und Trinken am Tag der Operation. Wenige kleine Schlucke klares Wasser sind am Tag der Operation möglich. Dies wird Ihnen aber auch zusätzlich noch der Narkosearzt vor der Operation erklären. Ausgedehnte Anstrengungen, zum Beispiel Marathonlauf oder Ähnliches, sollten vor einer geplanten Operation nicht durchgeführt werden.

#### • Fußpflege

Bitte waschen Sie Ihre Füße vor der Operation gründlich mit Wasser und Seife. Eine ausgedehnte Nagelpflege ist nicht notwendig. Nagellack sollte vor der Operation durch Sie bitte entfernt werden.

#### • Enthaarung

Die Enthaarung am Operationsgebiet werden wir vor der Operation im Krankenhaus am Tag der Operation selbst durchführen.

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie

Hüft-Arthroskopie

Knie-Chirurgie

Knorpel-Chirurgie

Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie

Schulter-Chirurgie

Hand-Chirurgie

Konservative Therapie

- **Logistik**

Da Sie nach der Operation in fast allen Fällen kein Auto fahren können, organisieren Sie bitte eine Abholung aus dem Krankenhaus.

- **Entlassung aus dem Krankenhaus**

Die Entlassung erfolgt in der Regel zu den besprochenen Zeitpunkten. Starke Schmerzen, Schwellungen oder andere Probleme mit der Mobilisation können aber den Aufenthalt verlängern. Sollte dieser Fall eintreten, werden wir das genauestens mit Ihnen besprechen. Die Entlassung findet in der Regel immer am Morgen gegen 10.00 Uhr statt. Individuelle Anpassungen der Uhrzeit sind hier aber natürlich durchaus möglich.

- **Entlassung aus/nach der ambulanten Behandlung**

Die Entlassung erfolgt in der Regel zu den besprochenen Zeitpunkten. Sie wachen nach der Operation im Aufwachraum auf. Sobald Sie sich ausreichend von der Narkose und dem Eingriff erholt haben, die Schmerzen erträglich sind und Sie mobil dürfen Sie wieder nach Hause gehen. Dieser Zeitpunkt wird im Aufwachraum durch den Operateur und Anästhesist gemeinsam festgelegt. Individuelle Anpassungen der Uhrzeit sind hier aber natürlich durchaus möglich.

- **Unterlagen für zu Hause**

Entlassbrief, Nachbehandlungsschema, Rezept für Krankengymnastik, Rezept für Schmerzmittel und Antithrombosemittel, Krankmeldung sowie die allgemeine Informationsmappe des Gelenkzentrums werden wir Ihnen mit nach Hause geben.

- **Drainage**

Wurde während der Operation eine Drainage gelegt, wird diese in der Regel im Rahmen des stationären Aufenthaltes oder vor der Entlassung gezogen. Nur in Einzelfällen werden Sie mit einer Drainage nach Hause entlassen. In diesem Fall werden wir Sie einen Tag nach der Entlassung zur Entfernung der Drainage einbestellen. Drainagen, welche im ambulanten Setting gelegt worden sind, müssen Sie mit nach Hause nehmen. Diese ziehen wir dann im Rahmen der Sprechstunde am Tag nach der Operation.

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und  
Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie  
Hüft-Arthroskopie  
Knie-Chirurgie  
Knorpel-Chirurgie  
Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie  
Schulter-Chirurgie  
Hand-Chirurgie  
Konservative Therapie

- **Kühlen, hoch lagern**

Solange die Wunde stark schmerzt und / oder geschwollen ist, empfiehlt es sich, das operierte Bein zu kühlen und hoch zu lagern. Der Kühlakku (oder ähnlich) sollte nicht direkt auf der Haut liegen, sondern z.B. in ein Tuch eingewickelt werden.

- **Bewegungsausmaß und Gehstöcke**

Wie genau Sie Ihr operiertes Bein / Kniegelenk nach der Operation belasten / bewegen dürfen, werden wir Ihnen sowohl vor als auch nach der Operation erklären. Das hängt von der Operationsart ab. Zudem bekommen Sie hierzu ein extra Schema ausgehändigt.

- **Wundversorgung**

Nach der Operation wird die Wunde mit einem Pflaster versorgt. Dieses sollte alle 2 Tage gewechselt werden. Wenn Sie selbst Erfahrung damit haben und über das nötige Equipment (Handschuhe, Desinfektionsmittel, Pflaster) verfügen, dürfen Sie die Wundversorgung eigenverantwortlich übernehmen. Ansonsten sollte die Wundversorgung der nachbehandelnde Arzt (z. B. Hausarzt) durchführen. Zusätzlich wird bei den regelmäßigen Terminen bei uns die Wundversorgung vorgenommen. Wenn die Wunden nach Entfernen der Fäden komplett abgeheilt sind, ist keine weitere Pflasterversorgung notwendig. Direkte Sonneneinstrahlung sollte trotzdem gemieden werden

- **Duschen, baden, schwimmen, Sauna**

Solange die Wunden nach Entfernen der Fäden / Klammern nicht komplett abgeheilt / verschlossen sind, ist Duschen, Baden, Schwimmen, Sauna oder Ähnliches nicht möglich und explizit verboten. Es können sonst Keime (zum Beispiel Bakterien) in die Wunde eintreten. Die finale Erlaubnis zum Duschen, Baden, Schwimmen, Sauna oder Ähnliches wird Ihnen immer nur vom behandelnden Arzt / bestenfalls vom Operateur erteilt. Gerade das Schwimmen gehen muss zum Nachbehandlungsschema passen.

- **Duschpflaster**

Man kann die Operationswunden mit besonderen Duschpflastern zum Duschen (nicht zum Baden oder Ähnliches) abdecken. Nach dem Duschen sollten diese Pflaster umgehend gewechselt werden. Diese Pflaster bekommen Sie zum Beispiel in der Apotheke ohne Rezept. Bitte besprechen Sie dieses Vorgehen auch mit Ihrem Arzt.

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie  
Hüft-Arthroskopie  
Knie-Chirurgie  
Knorpel-Chirurgie  
Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie  
Schulter-Chirurgie  
Hand-Chirurgie  
Konservative Therapie

- **Probleme mit der Wunde**

Sollte die Operationswunde stark gerötet, geschwollen, erwärmt sein oder dort sehr viel Flüssigkeit oder sogar Eiter austreten, müssen Sie sich umgehend bei uns vorstellen. Sollte das nachts, an einem Wochenende, an Feiertagen oder außerhalb der regulären Betriebszeiten der Fall sein, wenden Sie sich bitte umgehend an eine hiesige Notaufnahme.

- **Fadenmaterial**

Die Fäden / Klammern sollten in der Regel 12 - 14 Tage nach der Operation gezogen werden. Das gleiche gilt für getackerte Wunden. Für die Entfernung der Klammern wird jedoch ein spezielles Instrument benötigt. Bei selbstauflösenden Fäden muss lediglich der Überstand, welcher aus der Haut heraus schaut, gekürzt werden. Was für Nahtmaterial eingebracht worden ist, wird Ihnen auch vom behandelnden Arzt mitgeteilt. Die Entfernung des Fadenmaterials / der Klammern kann durch den nachbehandelnden Arzt / Hausarzt oder durch uns erfolgen. Eine eigenständige Entfernung der Fäden ist nicht zu empfehlen. In der Regel bekommen Sie von uns einen Termin in unserer Sprechstunde zum Entfernen der Fäden / Klammern

- **Medikamente**

Sie bekommen für die medikamentöse Behandlung nach der Entlassung aus der Klinik ein Rezept von uns für die Schmerzmedikamente und Antithrombosespritzen. Die Verabreichung dieser Medikamente werden wir Ihnen genau erklären.

Des Weiteren empfehlen wir eine zusätzliche Rücksprache mit dem Hausarzt, wenn Sie andere Medikamente einnehmen, um mögliche Kreuzreaktionen zu vermeiden. Grundsätzlich gilt, dass Sie Schmerzmittel einnehmen sollten, solange Sie Schmerzen haben. Die Dauer der Schmerzen hängt von der Größe der Operation als auch von Ihrer Konstitution ab.

Es gibt verschiedene Substanzen = Medikamente, um Schmerzen zu behandeln. Wir versuchen dabei zunächst immer auf wenig potente Schmerzmittel zurückzugreifen, damit die Möglichkeit einer Steigerung der Analgesie = Schmerzmedikation verbleibt. Sollte z. B. Ibuprofen (Wirkstoffklasse der NSAR = nicht-steroidale

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und  
Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie

Hüft-Arthroskopie

Knie-Chirurgie

Knorpel-Chirurgie

Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie

Schulter-Chirurgie

Hand-Chirurgie

Konservative Therapie



Antirheumatika) verschrieben worden sein, sollte diese Einnahme mit Magenschutz-Tabletten kombiniert werden. Diese werden wir Ihnen dann auch verschreiben.

Treten nach geringerer Dosierung der Schmerzmittel keine Schmerzen mehr auf, kann das Schmerzmittel abgesetzt werden. Bei ausgeprägten Schwellungszuständen kann mitunter die Einnahme von z. B. Ibuprofen helfen. Diese Einnahme bei Zustand ohne Schmerzen besprechen Sie aber bitte mit Ihrem Arzt. Eine wochenlange Einnahme von Schmerzmitteln ist nicht typisch. Dies sollten Sie bitte mit Ihrem Arzt besprechen.

Solange Sie das operierte Bein nicht oder nur teilweise belasten ist eine Thromboseprophylaxe notwendig. Diese erfolgt in Form von Spritzen einmal täglich. Können Sie das operierte Bein mit weit über 50 % des Körpergewichts belasten, sind keine weiteren Thrombosespritzen notwendig. Bei Anwendung von Anti-Thrombosespritzen muss das Blut im Labor regelmäßig kontrolliert werden, da sich die Anzahl der Blutplättchen verändern kann. Diese Kontrollen sollten durch den Hausarzt erfolgen. Die Dosis der Thrombosespritzen werden wir mit Ihnen individuell besprechen. Bitte sehen Sie hierzu auch den extra Leitfaden Anti-Thrombose-Medikation.

- **Nachkontrollen**

Sie bekommen vor der Operation alle Termine der Nachkontrollen bei uns schriftlich mitgeteilt. Diese sind in der Regel einmal kurze Zeit nach der Operation, einmal zum Entfernen der Fäden und einmal 6 Wochen nach der Operation. Die Termine danach werden dann individuell mit Ihnen vereinbart. Wohnen Sie sehr weit von einem der Standorte des Gelenkzentrums entfernt, kann die Nachbehandlung auch durch einen anderen Arzt erfolgen. Bei Problemen / Fragen / Unsicherheiten können Sie sich natürlich jederzeit an uns wenden. Der Termin 6 Wochen nach der Operation ist sehr wichtig und sollte in jedem Fall beim Operateur erfolgen.

- **Krankmeldung**

Sie bekommen von uns eine Krankmeldung, welche ab dem Tag der Operation gültig ist. Die Dauer ist abhängig von der Art der Operation. Folgebescheinigungen bekommen Sie durch Ihren nachbehandelnden Arzt, den Hausarzt oder durch uns.

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und  
Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie  
Hüft-Arthroskopie  
Knie-Chirurgie  
Knorpel-Chirurgie  
Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie  
Schulter-Chirurgie  
Hand-Chirurgie  
Konservative Therapie

- **Physiotherapie**

Sie bekommen von uns ein Rezept für die Physiotherapie nach der Operation. Bitte vereinbaren Sie bereits weit vor der geplanten Operation Termine, damit die Physiotherapie direkt nach der Entlassung aus dem Krankenhaus beginnen kann. Normalerweise sind das 1-2 Einheiten pro Woche. Bei starken Schwellungszuständen des operierten Beines / Kniegelenks empfiehlt sich die zusätzliche Durchführung von Lymphdrainage.

- **Hausarzt (nachbehandelnder Arzt)**

Die direkte Nachbehandlung nach der Operation erfolgt durch den jeweils nachbehandelnden Arzt/Hausarzt und durch uns in Kooperation. Wohnen Sie zum Beispiel sehr weit von einem der Standorte des Gelenkzentrums entfernt, kann die direkte Nachbehandlung auch gerne durch einen anderen Arzt erfolgen. Bei Problemen/Fragen/Unsicherheiten können Sie sich natürlich jederzeit bei uns melden.

- **Rückkehr in den Sport**

Nach Abschluss der „biologischen Heilung“ der Operation und wenn die Physiotherapie abgeschlossen ist, beginnt für viele Patienten die Rückkehr in die gewollte oder ehemalige sportliche Aktivität. Diese ist mit viel Muskel- und Koordinations- sowie Ausdauertraining verbunden. Wichtig dabei ist, dass sowohl der biologische als auch der physiologische Zeitpunkt erreicht sein muss, bevor Sie wieder volle sportliche Aktivität ausüben können.

Die biologische Heilung ist dabei die Heilung des Gewebes nach der Operation. Zum Beispiel das Einheilen einer Kreuzbandplastik. Die physiologische Heilung sind die Funktion des Kniegelenks bzw. der gesamten unteren Extremität und beinhalten: Muskelkraft, Beweglichkeit, Funktion, Stabilität, Dehnbarkeit etc. Die biologische Heilung einer, beispielsweise, vorderen Kreuzbandersatzplastik dauert in der Regel ca. 9 Monate.

Eine vorzeitige Rückkehr in die volle sportliche Aktivität (z. B. Fußball) ist nicht empfohlen und kann zu einem Versagen der Operation führen. Optimaler Weise sollte die physiologische Funktion des betroffenen Kniegelenks zum Zeitpunkt der biologischen Heilung ebenfalls abgeschlossen sein. Ist z. B. der biologische Zeitpunkt erreicht, jedoch der physiologische noch

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und  
Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

Tätigkeitsschwerpunkte:

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie  
Hüft-Arthroskopie  
Knie-Chirurgie  
Knorpel-Chirurgie  
Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie  
Schulter-Chirurgie  
Hand-Chirurgie  
Konservative Therapie

nicht, wäre eine Rückkehr in volle sportliche Aktivität ebenfalls nicht empfohlen.

Wir empfehlen Ihnen nach Abschluss der Physiotherapie eigenständig eine für Sie gut passende Reha/Fitness Einrichtung zu suchen, in welcher Sie in Zusammenarbeit mit einem Trainer inklusive Trainingsplan Ihre physiologischen Fähigkeiten trainieren. Wichtig ist, dass Sie als Patient ab einem bestimmten Zeitpunkt Ihre Rehabilitation auch selbst mit gestalten sollten.

65239 Hochheim  
Frankfurter Straße 94  
06146 832 9500

65183 Wiesbaden  
Wilhelmstraße 30  
0611 170 78 500

55116 Mainz  
Weißliliegasse 1  
06131 633 8670

65520 Bad Camberg  
Limburger Str. 50  
06434 934 9080

PD Dr. Marcus Egermann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Holger Falk  
Orthopäde, Unfallchirurg

Prof. Dr. Bruno Gladbach  
Orthopäde, Unfallchirurg, Handchirurg

Dr. Thomas Hardt  
Orthopäde, Unfallchirurg

PD Dr. Kajetan Klos  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christoph Meister  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD. Dr. Klaus Edgar Roth  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Prof. Dr. Gian Salzmann  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Martin Scholz  
Facharzt für Orthopädie

Dr. Sebastian Burger  
Facharzt für physikalische Medizin und  
Rehabilitation

Dr. Etienne Heijens  
Orthopäde

Dr. Kerstin Höpp  
Chinesische Medizin (TCM)

Dr. Nina Kuhn  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

PD Dr. Karl Philipp Kutzner  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Lukas Nowak  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Christiane Pietsch  
Fachärztin für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Paul Simons  
Facharzt für Chirurgie und Unfallchirurgie

Dr. Marco Schwarz  
Facharzt für Orthopädie und Unfallchirurgie

Dr. Sigrun Volk  
Fachärztin für Orthopädie

**Tätigkeitsschwerpunkte:**

Knie- und Hüftgelenks-Chirurgie  
Hüft-Arthroskopie  
Knie-Chirurgie  
Knorpel-Chirurgie  
Fuß- und Sprunggelenks-Chirurgie  
Schulter-Chirurgie  
Hand-Chirurgie  
Konservative Therapie