



# Das neue Kniegelenk

Hinweise und Tipps für Patienten

Klinikum Westfalen GmbH  
Hellmig-Krankenhaus Kamen  
[www.klinikum-westfalen.de](http://www.klinikum-westfalen.de)



## Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,



ich freue mich über Ihr Interesse am EndoProthesenZentrum der Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen. Auf den folgenden Seiten möchten wir Ihnen einige Tipps und Hinweise für die Zeit nach der Implantation Ihres neuen Kniegelenkes geben.

Eingriffe am Kniegelenk stellen einen Leistungsschwerpunkt unserer Klinik dar. Bei uns rücken Knochen, Bänder und Gelenke in den Blick, die durch Unfall oder Verschleiß beeinträchtigt sind. Opfer von Verkehrsunfällen der nahegelegenen Autobahnen, aber auch Patienten, die Sport- oder Haushaltsunfälle erlitten haben, werden gründlich voruntersucht und anschließend mit modernsten Methoden in der Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie versorgt. Die sehr gute Qualität unserer Arbeit ist geprüft und verbürgt: Das Hellmig-Krankenhaus Kamen ist zertifiziert als erstes EndoProthetikZentrum in der Region Dortmund, Hamm und Kreis Unna. Mir persönlich liegt die EndoProthetik sehr am Herzen. Ich habe auf diesem Gebiet besondere Kompetenzen erworben und an der Kamener Klinik Prozesse eingeführt, die Komplikationsrisiken minimieren und langfristig gute Ergebnisse bei Gelenksimplantationen sichern.

Ich würde mich freuen, wenn unsere Behandlung auch Ihnen wieder den Weg zu Ihrer ursprünglichen Vitalität ebnet.

Mit den besten Wünschen

**Dr. med. Dieter Metzner**

Chefarzt der Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie am Hellmig-Krankenhaus Kamen

## Die Operation

Der Eingriff dauert in der Regel 60 bis 90 Minuten und kann wahlweise in Voll- oder Teilnarkose durchgeführt werden

## Vor der Operation

Vor der Operation können unsere Patientinnen und Patienten an einem speziellen Vorbereitungskurs der Reha Kamen teilnehmen, der jeweils dienstags von 16.00 bis 17.00 Uhr und mittwochs von 15.15 bis 16.15 Uhr im Erdgeschoss des Klinikgebäudes an der Nordstraße 34 läuft. Anmeldung und nähere Informationen unter Tel. 0 23 07 - 2 87 42 87.

## Schwellung

Um ein zufriedenstellendes Ergebnis des Kniegelenkes zu gewährleisten, wurden die entzündliche veränderte Gelenkschleimhaut sowie die funktionsbehindernden Narben im Kniegelenk entfernt. Je nach Ausgangsbefund und Umfang dieser Maßnahme kann das Gelenk postoperativ anschwellen.

Die Schwellung kann die Beuge- und Streckfähigkeit zunächst einschränken. Es ist daher notwendig, postoperativ eine entzündungshemmende Therapie durchzuführen. Wir empfehlen Ihnen daher in den ersten 6 Wochen:

- Eiswendungen mehrfach täglich
- entzündungshemmende Medikamente

## Stabilität

Um die Endoprothese zu implantieren, wurde die Gelenkkapsel eröffnet und ein Teil des Streckmuskels des Kniegelenkes eingeschnitten. Die Gelenkkapsel wurde mit kräftigen Nähten verschlossen. Bevor diese Strukturen belastungsstabil verheilt sind vergehen 6 Wochen.

In der Zeit vor der Operation haben Sie Ihr Kniegelenk nicht mehr in vollem Umfang benutzt, sodass ein Teil der Oberschenkelmuskulatur zurückgegangen ist. Bis Sie diese Muskulatur, die für die aktive Stabilisierung des Kniegelenkes erforder-

derlich ist, wieder auftrainiert haben, vergehen ebenfalls einige Wochen. Wir empfehlen Ihnen daher, bis zur Erreichung einer ausreichenden Stabilität die verordneten Gehstützen zu benutzen.

## Schutz vor Thrombose

Die Implantation eines künstlichen Kniegelenkes stellt ein erhöhtes Risiko für die Entstehung von Thrombosen dar. Weitere Risikofaktoren sind unter anderem Übergewicht, Krampfaderbildungen, mangelnde Bewegung, Hormoneinnahme, Nikotin und bösartige Erkrankungen.

Senken kann man das Thromboserisiko durch eine frühestmögliche Mobilisierung (das Bewegen der Füße schon im Bett fördert den Blutrückfluss aus den Beinen), das Tragen von Kompressionsstrümpfen sowie die Gabe von thrombosehemmenden Medikamenten. Die Einnahme von Aspirin ersetzt diese Medikamente nicht.

## Rehabilitation

Im Anschluss an den Aufenthalt in unserer Klinik erfolgt in der Regel eine stationäre oder ambulante Rehabilitationsmaßnahme, die bereits während ihres stationären Aufenthaltes mit Ihnen besprochen und eingeleitet wird. Im weiteren Anschluss bieten Ihnen verschiedene Institutionen ein medizinisches Fitness-training unter Berücksichtigung der Knieendoprothese an. Manche Krankenkassen fördern die Kosten teilweise.

## Nachuntersuchungen

Nach der Operation sollten Sie einmal im Jahr zu einer Kontrolluntersuchung in eine Facharztpraxis für Orthopädie oder Chirurgie/Unfallchirurgie gehen - und zwar auch, wenn Sie keine Beschwerden haben.

## Vorsicht

Infektionen im Körper stellen immer ein gewisses Risiko dar. In extrem seltenen Fällen kann ein bakterieller Infekt (Entzündungen, zum Beispiel im Kiefer-/Zahnbereich, im Bereich der Atemwege, des Mund-/Rachenraumes, der Harnwege und der Unterleibes) über die Blutbahn eine Keimansiedlung an der Endoprothese verursachen. In diesen Fällen sollten Sie rechtzeitig zum Arzt gehen, damit dieser entscheiden kann, ob eine Antibiotikabehandlung notwendig ist.

## Sport

Verzichten Sie auf stark gelenkbelastenden Sport (zum Beispiel Tennis, Squash, alle Arten von Mannschaftssport, Reiten, Springen, Alpiner Skilauf) und wenden Sie sich stattdessen schonenderen Sportarten (zum Beispiel regelmäßiges Spaziergehen, Schwimmen, Gymnastik, und Radfahren) zu.

## Geduld

Das Kunstgelenk sollte möglichst keinen stauchenden Belastungen ausgesetzt werden. Ein Hocken oder Knien sollte mit dem operierten Bein weitestgehend vermieden werden. Verzichten Sie möglichst auch auf das Heben und Tragen schwerer Lasten. Die Einheilung der Endoprothese und die Wiederherstellung einer kräftigen Muskulatur benötigt Zeit. Es dauert in der Regel viele Wochen, bis die Muskulatur wieder ausreichend kräftig ist und schlechte Bewegungsmuster mit Unterstützung der Physiotherapeuten abtrainiert wurden.

Das eigenständige Fahren eines PKW sollte erst nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt erfolgen.

**Ihr Team des EndoProthesenZentrums in der  
Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie  
des Hellmig-Krankenhauses Kamen  
im Klinikum Westfalen**

## Klinik für Unfall- und Wiederherstellungschirurgie EndoProthesenZentrum

Chefarzt Dr. med. Dieter Metzner

Tel.: 02307 149-254

E-Mail: [dieter.metzner@klinikum-westfalen.de](mailto:dieter.metzner@klinikum-westfalen.de)

### Hellmig-Krankenhaus Kamen

Nordstraße 34 | 59174 Kamen

Tel: 02307 149-1 | Fax: 02307 149-276

[www.klinikum-westfalen.de](http://www.klinikum-westfalen.de)

### ANFAHRTSPLAN



So erreichen Sie uns mit dem Auto:

Von der A2 die Abfahrt Kamen/Bergkamen nehmen, links halten und solange geradeaus fahren, bis Sie den Kreisverkehr erreichen. Nehmen Sie dort bitte die 3. Ausfahrt und fahren Sie ebenfalls nur noch geradeaus bis zum Krankenhaus.