

## ■ Wichtige Empfehlungen, bitte beachten Sie

### Don't!

- Kissen nicht in die Kniekehle legen, sondern unter den Unterschenkel, Ferse frei!
- Keine Schmerzen aushalten! Bei Schmerzen rechtzeitig beim Pflegepersonal melden.



### Do!

- Festes Schuhwerk tragen.
- Ausreichend trinken.
- Medikamente kontinuierlich einnehmen.
- Ausreichend bewegen und selbstständig mobilisieren nach Absprache mit den Ärzt:innen, Physiotherapeut:innen und dem Pflegepersonal
- Die empfohlene jährliche Kontrolluntersuchung wahrnehmen.



## ■ Bei der Entlassung erhalten Sie

- 2 (je nach Einweiser 3) Ärzt:innenbriefe | Laborbefunde
- OP Bericht | Röntgen CD
- Prothesenausweis | Entlassungscheckliste

## ■ OffenGesagt - Ihre Meinung ist uns wichtig!

Bitte beurteilen Sie unsere Leistung und füllen Sie zur Entlassung die OffenGesagt-Karte aus. Vielen Dank!

## ■ Die Entlassung

Nach wenigen Tagen können wir Sie nach Hause oder in die Reha entlassen. Dem Ziel, mit dem neuen Gelenk schmerzfrei und beweglich zu sein, sind Sie einen großen Schritt näher gekommen.



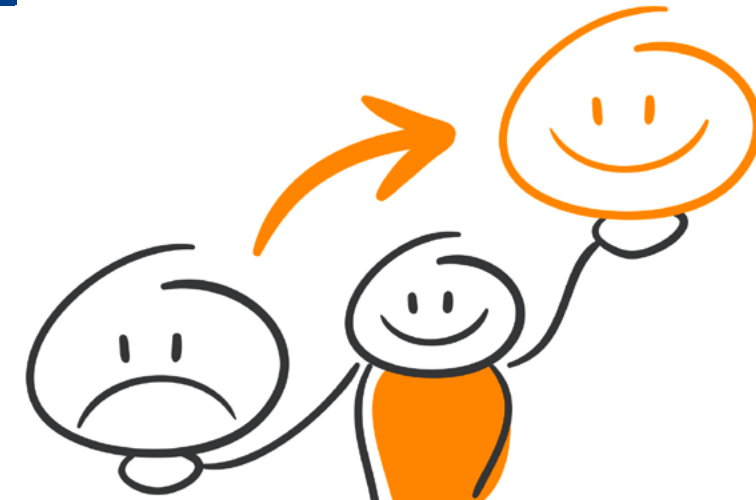
Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Rehazeit, die nun ansteht, und alles Gute!

Ihr EEPZ-Team

## ■ Kontakt Endoprothetikzentrum

St. Josef-Krankenhaus Kupferdreh  
Heidbergweg 22-24 | 45257 Essen

Sekretariat  
Fon 0201 455-1301



Damit es gut läuft:

## Tipps für die ersten Tage mit Ihrem neuen Knie

### Eine Information Ihres Endoprothetik-Teams

**EEPZ**  
Essener Endoprothetikzentrum  
Ruhrhalbinsel



12.2021

Liebe Patientin,  
lieber Patient.



Wir tun alles dafür, damit Sie  
schnell auf die Beine kommen

Sie bekommen ein neues Kniegelenk und haben bereits viele Informationen zum Eingriff und zur Narkose erhalten. Mit diesem Heft möchten wir, das Team des Endoprothetikzentrums, Ihnen einige wichtige Infos zu den Abläufen auf der Station für die Tage nach der OP an die Hand geben. Wenn Sie Fragen haben, sprechen Sie uns gern an!



#### ■ OP-Tag und 1. Tag nach der OP

- Am OP-Tag und am 1. postoperativen Tag darf das operierte Gelenk noch nicht belastet werden. Ihre Ärztin oder Ihr Arzt verordnet Ihnen daher gelockerte Bettruhe.
- Schmerzmanagement ab dem OP-Tag: Die Pain-Nurse kommt täglich zur Schmerzvisite.
- Am 1. Tag steht die erste Laborkontrolle an.
- Die/der Rehabilitationsbeauftragte meldet sich bei Ihnen.

#### ■ Physiotherapie und Lymphdrainage

Mo. bis Fr. und Sa. nach Vereinbarung. Die Therapeut:innen melden sich bei Ihnen zur Terminvereinbarung.

#### ■ Angelegenheiten rund um die Rehabilitation

Mo. und Fr., ab 9-15.30 Uhr | Di. und Mi., ab 9-11.30 Uhr. Der/die Rehabilitationsbeauftragte meldet sich bei Ihnen zur Planung der Reha-Maßnahme (AHB).



#### ■ Visitenzeiten der Ärzt:innen ab 7 bis 9 Uhr

- Täglich: Ärztliche Visite mit dem Pflegepersonal
- Mo. und Fr.: Oberärzt:innensvisite
- Do.: Chefärzt:innensvisite

#### ■ Essenszeiten

- Frühstück ab 8 Uhr
- Mittagessen ab 12.15 Uhr
- Abendessen ab 17.30 Uhr

#### ■ Ab dem 2. Tag nach der OP

- Der Verband wird gewechselt, die Drainagen und der Schmerzkatheter werden entfernt.
- Es erfolgt die Erstmobilisation durch Physiotherapeut:innen und Pflegepersonal.
- Eis zur Kühlung erhalten Sie dreimal täglich nach dem Abräumen der Mahlzeiten vom Pflegepersonal ausgehändig.
- Training mit der Knie-Motorschiene: Die Physiotherapeut:innen und das Pflegepersonal weisen Sie in das Training ein, das dreimal täglich nach den Mahlzeiten eingeplant ist. Dabei wird der Beugungswinkel täglich um ca. zehn Grad gesteigert. Ziel zur Entlassung ist eine Beugung von 90 Grad.
- Am 2. Tag erfolgt die Röntgenkontrolle.

#### ■ Danach

- Am 7. Tag erfolgen noch einmal Röntgen- und Laborkontrollen.
- Ab dem 8. Tag sind die Entlassung und der Beginn der Reha möglich



... und Sie  
werden spüren:  
Es geht stetig  
bergauf!