



# Ein neues Knie- oder Hüftgelenk

Schritt für Schritt zum neuen Gelenk

[www.fastrecovery.de](http://www.fastrecovery.de)

ORTHOPÄDIE  
DR. JENS FLOTTEMESCH | DR. HANS FÜNFGELDER

**GKG**  
Gesundheit & Lebensqualität  
für die Region Bamberg

## Wir begleiten Sie: Schritt für Schritt

### Vor der Operation

#### 1. Entscheidung zur Operation:

Wir begleiten Sie über Jahre und schöpfen mit Ihnen zusammen alle Möglichkeiten der Behandlung – ohne Operation – aus.

Unser Motto: Die beste Operation ist die, die man nicht, oder noch nicht braucht.

Dies geschieht in den Praxen von **Dr. Jens Flottemesch** und **Dr. Hans Fünfgelder** am Obstmarkt im Bamberg oder von **Dr. Franz Ertl** im MVZ Burgebrach.

Ist Ihr Leidensdruck (Schmerzen) jedoch so groß, dass wir mit konservativen Maßnahmen keine Linderung mehr erzielen können, beraten wir Sie gerne über alle zur Verfügung stehenden Möglichkeiten des modernen Gelenkersatzes. - Nur Sie als Patient treffen dann die Entscheidung.

#### 2. Vier Wochen vor der OP

- Aufklärung und Information durch den Operateur in der Praxis.

Der Operateur kennt den Patienten am besten, erklärt deshalb genau den gesamten Ablauf und kann bereits eine individuelle Prognose stellen, wie lange der Aufenthalt voraussichtlich dauern wird. Danach findet in der Steigerwaldklinik Burgebrach das Narkosegespräch statt. Wichtige Unterlagen vom Hausarzt sollten zu diesem Gespräch mitgebracht werden. Blutentnahme und ggf. ein EKG führen wir in der Klinik durch.

Unserer Erfahrung nach ist es extrem wichtig, daß die Vorstellung beim Narkosearzt nicht erst am Tag vor der Operation stattfindet. Sollten noch Facharzttermine oder besondere Untersuchungen erforderlich sein, besteht in diesen 4 Wochen noch genügend Zeit diese durchzuführen.

Bei der Vereinbarung dieser Termine sind wir gerne behilflich.



Dr. Franz Ertl, Dr. Hans Fünfgelder, Dr. Jens Flottemesch  
Operateure

ORTHOPÄDIE  
ORTHOPÄDIE  
DR. JENS FLOTTEMESCH | DR. HANS FÜNFGELDER

**GKG**  
Gesundheit & Lebensqualität  
für die Region Bamberg

## Wir begleiten Sie: Schritt für Schritt

### Vor der Operation

#### - Prehabilitation

Bedeutet mit einer Behandlung schon vor (=pre) der eigentlichen Operation zu beginnen.

Die Prehabilitation vor der OP bringt nicht nur bessere Ergebnisse bei der OP, sondern erleichtert auch die Rehabilitation nach der OP. Bereits 4 Wochen vor der OP erhalten die Patienten in der Steigerwaldklinik Burgebrach eine individuelle Übungseinheit und ein Übungsprogramm von unseren Physiotherapeuten.

#### - Patient Blood Management

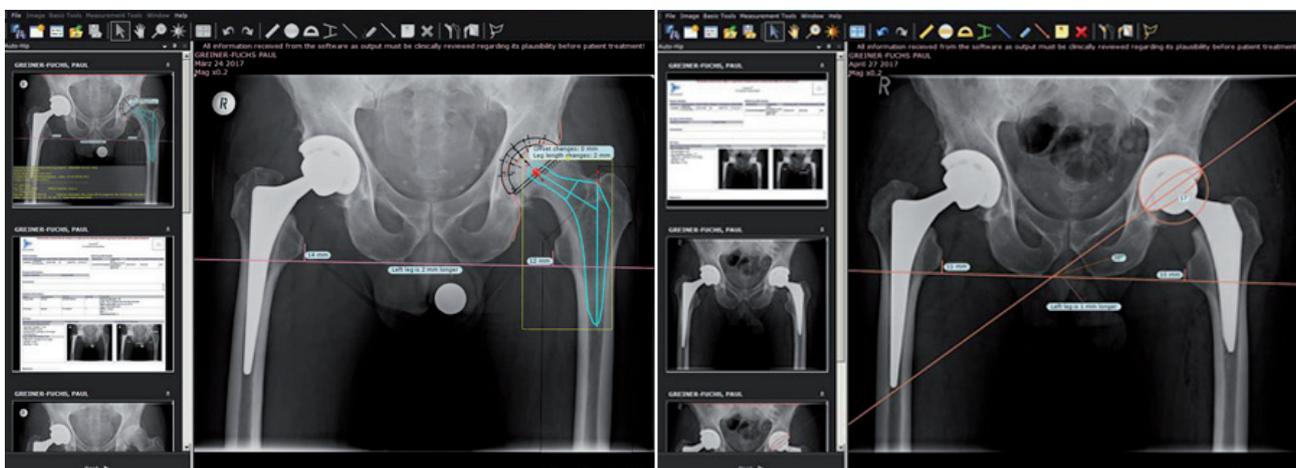
Bei manchen Patienten findet sich eine durch Eisenmangel bedingte Blutarmut. Diese Blutarmut kann durch Eiseninfusionen bis zur OP behoben werden. Dies erhöht die Sicherheit für den Patienten deutlich. ([www.patientbloodmanagement.de](http://www.patientbloodmanagement.de))

#### - Reha

Nach dem Gespräch mit den Narkoseärzten findet ein Gespräch mit unserem Sozialdienst (09564 88349) statt, in dem genau besprochen wird, wie es nach der Entlassung bei uns mit der AHB (Anschlussheilbehandlung – Reha) weitergeht. Eine ambulante oder stationäre HHB ist jedoch keine Pflicht, auch allgemeine Krankengymnastik auf Rezept ist möglich- wir beraten Sie gerne.

#### - Röntgen

Zum Abschluss wird noch eine digitale Röntgen-Planungsaufnahme angefertigt, anhand derer wir uns exakt auf die OP vorbereiten können.



Planung

Nach der Operation

(Diese speziellen Aufnahmen können nur in der Klinik durchgeführt werden)

## Wir begleiten Sie: Schritt für Schritt

### Vor der Operation

#### 3. Desinfizierende Hautwaschung – schon zu Hause Kampf den Keimen

Beim Narkosegespräch erhalten unsere Patienten kostenlos eine Waschlotion und Nasensalbe. Wir raten unseren Patienten sich bereits 5 Tage vor der geplanten Operation zu Hause mit einem desinfizierenden Waschmittel zu duschen (1x täglich) und die empfohlene Nasensalbe zu verwenden (2x täglich). Die Patienten sollten das Waschset mit in die Klinik bringen und am Abend vor der OP (ggf. auch am Morgen der OP) nochmals anwenden.

Viele der gefürchteten Infektionen können so vermieden werden.

Zusätzlich zu dieser generellen Empfehlung führen wir – entsprechend den Empfehlungen des Robert-Koch-Institut - bei Risikogruppen ein sogenanntes MRSA Screening durch.

Das bedeutet doppelte Sicherheit für unsere Patienten – so erreichen wir kontinuierlich eine weit unter dem Bundesdurchschnitt liegende Infektionsrate.



#### Wichtige Informationen für unsere Patienten

Die Vorbereitung in der Klinik (Blut und - falls nötig - EKG, Gespräch über die Narkose, Röntgen-Planungsaufnahme und Gespräch über die AHB kann einige Stunden in Anspruch nehmen.

Bitte planen Sie genügend Zeit ein.

### Die Operation

#### 4. Aufnahme in die Klinik

Am Tag vor der Operation erfolgt die stationäre Aufnahme in der Steigerwaldklinik Burgebrach.

Nach der Aufnahme durch unsere erfahrenen Fachpflegekräfte beziehen Sie Ihr Zimmer. Einer der Hauptoperateure besucht Sie auf Ihrem Zimmer, bespricht letzte, eventuell noch offene Fragen und markiert die Operationsstelle zur Sicherheit mit einem nicht abwaschbaren Stift.

Bereits jetzt wird mit unseren Physiotherapeuten das Aufstehen und Laufen geübt.

Am Abend nochmal Anwendung des Waschsets (Duschen und Nasensalbe).

#### 5. Der OP Tag

Der Operateur besucht jeden Patienten früh vor der Operation. Zur Sicherheit wird alles nochmals kontrolliert.

Wenn Sie sich fit genug fühlen, können Sie nochmals das Waschset benutzen. (Duschen und Nasensalbe)

Unsere erfahrenen Narkoseärztinnen und -ärzte betreuen die Patienten im OP und im Aufwachraum und kümmern sich um die Schmerztherapie nach der Operation.

#### 6. Die Operation

Langjährig bewährte Implantate mit hervorragenden Langzeitergebnissen und gewebeschonende OP-Technik sollten heute eine Selbstverständlichkeit sein.

#### Endoprothetik ist Teamarbeit!

Standardisierte Vorbereitung, standardisierte OP-Technik und standardisierte Implantation sind der Schlüssel zum Erfolg. Nur wenn immer exakt das gleiche gemacht wird, weiss jeder was an welcher Stelle zu tun ist.

Wir sind ein eingespieltes Team und arbeiten schon seit mehr als 10 Jahren zusammen. Nur so können durchschnittliche OP Zeiten von weniger als einer Stunde erreicht werden, nicht, weil wir „schnell schneiden“, sondern weil die Organisationsabläufe perfekt aufeinander abgestimmt sind.

Eine kurze OP Zeit bedeutet weniger Schwellungen, weniger Schmerzen, ein geringeres Risiko für eine Infektion und einen sehr geringen Blutverlust.

## Die Operation

### 7. Das LIA Schema

*„Wenn es dem Patienten nach der OP besser geht, kommt er auch schneller wieder auf die Beine:*

*First better - than faster - fast recovery“*



Anästhesie: Dr. Peter Görlitz

Ein wichtiges Element unseres Fast Recovery Programmes ist die **Lokale Infiltrations Anästhesie:**

Üblicherweise führt das Einsetzen eines neuen Hüft- oder Kniegelenkes zu starken Schmerzen nach der Operation.

Zwar bewirken die Epiduralanästhesie (Rückenmarkspritze) oder die kontinuierliche periphere Regionalanästhesie (Schmerzkatheter im Rücken oder Leiste) eine gute Schmerzbekämpfung, jedoch erschweren und verzögern diese Verfahren die sofortige Mobilisierung des Patienten nach der Operation. Wir haben deshalb bei uns im Januar 2017, in enger Zusammenarbeit mit dem Anesthesisten Dr. Peter Görlitz, das LIA Schema eingeführt.

Es handelt sich hierbei um eine Kombination einer modernen systemischen Medikamentengabe (Tabletten und Infusionen) mit einer örtlichen Einspritzung in und um das Gelenk herum.

- bereits vor der Operation wird auf der Station vorbeugend ein abschwellendes Medikament gegeben
- direkt vor der Operation wird im OP ein Medikament zur Unterstützung der Blutgerinnung gegeben
- bei der Operation selbst wird das gesamte OP Gebiet mit speziellen Medikamenten versorgt.

Es handelt sich somit um eine Schmerztherapie vor Ort ohne Nebenwirkungen auf den ganzen Körper.

So wird das Schmerzgedächtnis gar nicht erst aktiviert!

## Nach der Operation

### 8. Direkt nach der Operation

Ohne große Schmerzen wird in den nächsten Tagen Stück für Stück die Mobilität zurückerlangt.

Unser interdisziplinäres Team (Anästhesie, Pflege und Physiotherapie) gibt wertvolle Hilfe dabei.

Unsere Physiotherapeuten erarbeiten ein individuell angepasstes Trainingsprogramm, damit der Patient aktiv am Behandlungsprogramm teilnehmen kann.

Zum Selbstüben erhalten unsere Patienten ein schriftliches Übungsprogramm (Beispiel) .

Der Operateur bespricht nach der Operation den Verlauf; tägliche Visiten, auch an Sonn- und Feiertagen, werden durch Dr. Ertl, Dr. Flottemesch und Dr. Fünfgelder durchgeführt. Gemeinsam mit Ihnen legt der Operateur den Zeitpunkt der Entlassung fest.

Ein erfahrener Dienstarzt im Haus stellt die Notfallversorgung während der Nacht sicher.

**Übungsprogramm nach Knie - TEP - Operation**

Übungen im Liegen

- 1. Kniestreckung:** In Rückenlage das nicht operierte Bein anstellen, dann das operierte Bein ausstrecken und das Knie kräftig nach unten auf die Matratze durchdrücken. Das Ganze ca. 20 Sekunden halten, dann wieder lockerlassen. Diese Übung sollte auch mit dem nicht operierten Bein durchgeführt werden.
- 2. Kniebeugung (schleifende Ferse):** In Rückenlage das operierte Bein so weit wie möglich zum Körper hin heranziehen, dabei schleift die Ferse auf der Matratze mit. Diese Übung sollte auch mit dem nicht operierten Bein durchgeführt werden.
- 3. Muskelpumpe:** In Rückenlage abwechselnd die Füße so weit es geht hochziehen und wieder ausstrecken. Diese Übung regt den Kreislauf an, aktiviert die Beinmuskulatur und dient als Thromboseprophylaxe.

Übungen im Sitz

- 4. Kniebeugung mit Hilfe des anderen Beines:** Das nicht operierte Bein von vorne gegen das operierte Bein lehnen und dann so weit wie möglich nach hinten drücken. Diese Stellung eine Weile halten. Das operierte Knie soll somit immer weiter gebeugt werden können.



Beispiel Reha Übungs Programm.

### 9. Wie geht es weiter

Wir kümmern uns im Rahmen unseres Entlassungsmanagements um alle Details bezüglich der geplanten Reha. Falls erforderlich, verschreiben wir Medikamente und überbrückende Rezepte für Krankengymnastik.

Der Operateur bespricht dies alles ausführlich in dem Entlassungsgespräch.

Jeder Patient weiß ganz genau, wie es weitergeht. Wir kümmern uns um alles: Wie komme ich nach Hause? Wann werden die Hautklammern entfernt? Welche Medikamente brauche ich noch?

Keiner unserer Patienten verläßt uns, ohne einen Entlassungsbrief für die weiterbehandelnden Ärzte mitzunehmen.

## Wir begleiten Sie: Schritt für Schritt

### Nach der Operation

Sollten unerwartete Komplikationen auftreten, sind wir für Sie da und lassen Sie nicht alleine: Wenn unsere Patienten es wünschen, ziehen wir gerne externe Spezialisten hinzu oder vereinbaren einen Termin für eine Zweitmeinung (Second Opinion). Hierfür arbeiten wir mit den bundesweit führenden Experten zusammen.

#### 10. Nach der Reha

Bereits während der noch laufenden HHB sollten Termine für Krankengymnastik (KG) und Lymphdrainage (MLD) für zu Hause danach ausgemacht werden. Die notwendigen Rezepte hierfür erhalten Sie beim ersten Vorstellungstermin nach der OP in der Praxis Ihres Operateurs.

Ein Vorstellungstermin in der Praxis des Operateurs nach der AHB (Reha) wurde bereits vereinbart. Wir kümmern uns um die Weiterbehandlung, notwendige Rezepte und Medikamente werden verordnet, Kontrolltermine vereinbart.

Wir können alle unsere Patienten auch ambulant weiterbetreuen, da wir normale Kassenpraxen betreiben. Gerade bei einem neuen Hüft- und Kniegelenk sind jährliche Kontrolltermine wichtig um mögliche Probleme frühzeitig erkennen zu können.

Bitte kontaktieren Sie uns, sollten Sie weitere Fragen zum Ablauf der Behandlung haben.

Ihr Team von Fast Recovery



Sie erreichen uns in unseren Praxen:

**Dr. Jens Flottemesch**

**Dr. Hans Fünfgelder**

Telefon: 0951 22 554

**Dr. Franz Ertl**

Telefon: 09546 88576

**Dr. Peter Görlitz**

Telefon: 09546 88210