

## Informationen zur ambulanten Kreuzbandoperation

Liebe Patientin, lieber Patient!

Ihre Kniegelenkverletzung erfordert einen arthroskopischen Ersatz des vorderen Kreuzbandes sowie die Versorgung eventueller weiterer Schädigungen. Dieses moderne Operationsverfahren (Schlüssellochmedizin) ermöglicht einen Verzicht auf große Schnitte zur Gelenkeröffnung. Lediglich für die Sehnenentnahme wird ein 3-4 cm langer Schnitt angelegt.

In Allgemeinnarkose wird durch eine etwa 1 cm lange Einstichstelle ein optisches System in das Gelenk eingeführt und das erhaltene Bild vielfach vergrößert auf einen Fernsehmonitor übertragen. Durch einen zweiten Stich gelangen die sehr kleinen Spezialinstrumente in das Gelenk, was ein absolut präzises und schonendes Operieren ermöglicht. Durch die nur minimale Verletzung der Gelenkkapsel sind die nach der Operation auftretenden Schmerzen deutlich geringer als bei offenen Gelenkeingriffen.

Wir verfügen über große operative Erfahrung, da Kreuzbandoperationen von uns seit über 20 Jahren als Routineeingriff ausgeführt werden. In anderen Ländern und zunehmend auch in Deutschland ist die ambulante Durchführung dieser Operation der Normalfall. Dies hat neben einer geringeren Komplikations- und Infektionsrate den Vorteil, dass Sie sich in vertrauter Umgebung und bei Menschen, die Sie gut kennen, befinden, was den Heilverlauf fördert.

Über den Eingriff und mögliche Risiken informiert Sie das **Video** auf unserer Webseite ([www.die-sportaerzte.de](http://www.die-sportaerzte.de)). Bitte sehen Sie es sich aufmerksam an. Die Wahrscheinlichkeit, dass Komplikationen auftreten, ist beim arthroskopischen Vorgehen äußerst gering. Im Rahmen des OP-Vorbereitungsgesprächs werden wir ausführlich mit Ihnen darüber sprechen. Bei dieser Gelegenheit bekommen Sie außerdem ein Rezept über Antithrombosespritzen, Schmerzmittel und Unterarmgehstützen und werden in deren Gebrauch eingewiesen. Das Gehen und Treppensteigen mit Stützen werden auch in dem **Video** demonstriert.

Die Operation wird in Allgemeinnarkose durchgeführt; auch hier hat die moderne Medizin große Fortschritte im Sinne schonender Verfahren gemacht. Während des Narkosevorgesprächs werden Sie vom Narkosearzt/-ärztin hierüber ausführlich informiert. 6 Stunden vor dem Eingriff dürfen Sie nichts mehr essen oder rauchen. Das Trinken klarer Flüssigkeit (Wasser, Tee ohne Zusätze!) ist bis 2 Stunden vor Narkosebeginn zulässig. Bitte seien Sie am OP-Tag erreichbar, falls es zu Verschiebungen im OP-Plan kommen sollte.

Etwa 1-2 Stunden nach Operationsende dürfen Sie nach Hause. Sie können sich entweder von einer von Ihnen gewählten Person abholen lassen oder ein Taxi nehmen (Taxischein).

Die Genehmigung für die Taxifahrt beantragen Sie bitte ca. 14 Tage vor der OP bei Ihrer Krankenkasse. Den Taxischein erhalten Sie dann in unserer Praxis im Rahmen des Vorgesprächs. Sie dürfen am Tag der Operation nicht alleine zu Hause sein, da Sie z.B. beim An- und Ausziehen Hilfe benötigen werden.

Tragen Sie bitte am Operationstag bequeme Kleidung, insbesondere eine weite Hose, da das Bein im Anschluss an die Operation in einer Schiene gelagert wird.

Das Bein darf bewegt und leicht belastet werden; Gehen, einschließlich Treppensteigen, ist mit Unterarmgehstützen möglich. Schon am Operationstag sollten zusätzlich Bewegungsübungen nach unserer Anweisung erfolgen. Auch hierzu informiert Sie unser **Video** auf [www.die-sportaerzte.de](http://www.die-sportaerzte.de).

In der Nacht nach der Operation sind wir bei Fragen und Problemen jederzeit telefonisch für Sie erreichbar. Die Telefonnummer bekommen Sie am OP-Vorgespräch mitgeteilt.

Am Tag nach der Operation wird in unserer Praxis der erste Verbandswechsel durchgeführt. Wir werden dann den Arthroskopiebefund und die erfolgten operativen Maßnahmen ausführlich mit Ihnen besprechen.

## Die wichtigsten Punkte in Kürze:

- 3 Wochen vor der OP: Wenn Sie über 50 J. alt sind oder Vorerkrankungen haben, Hausarzt aufsuchen (Blutuntersuchung, EKG). Ergebnisse zum Anästhesie- und OP- Vorgespräch mitbringen.  
Termine für Krankengymnastik vereinbaren ab dem 5. Tag nach OP.  
Termine für Lymphdrainage vereinbaren ab dem 2.-3. Tag nach OP.
- 2 Wochen vor der OP: Anästhesie-Vorgespräch. Ausgefüllte Narkoseeinwilligung mitbringen.
- 1 Woche vor der OP: Medikamente, die den Wirkstoff Acetylsalicylsäure enthalten, (ASS, Aspirin, Godamed, Thomapyrin, Plavix u.ä.) nur nach Rücksprache mit Internisten absetzen
- einige Tage vor der OP: Operationsvorgespräch.  
Ausgefüllte OP- Einwilligung mitbringen.  
Antithrombosespritzen etc. besorgen.
- Am OP-Tag: **6 Stunden vorher nichts essen**, Trinken von klaren Flüssigkeiten ohne Zusätze (Zucker, Milch, Milchpulver etc.) in kleinsten Mengen bis 2Std. vorher erlaubt,  
- weite und bequeme Kleidung  
Eine Abholung muss etwa 1-2 Stunden nach OP-Ende bereitstehen.  
Taxischein erforderlich? (Vorher bei der Krankenkasse beantragen).  
**Bei Noffällen erreichen Sie Ihren Operateur unter:**  
**0176-52287728** (Kanngießer)  
**0174-5701330** (Dr. Bartels)

Dieses Merkblatt gibt nur einen *Überblick* über den Ablauf einer ambulanten arthroskopischen Operation. Weitere Hinweise gibt das Video auf unserer Webseite. Noch bestehende Fragen werden wir im Rahmen des ausführlichen Operationsvorgesprächs gerne beantworten.