

Notfallzentrum

Knieschiene

Informationen für zu Hause



Sie müssen eine Knieschiene tragen. Diese Broschüre informiert Sie über die Behandlung und die wichtigen Punkte, die Sie nach dem Spitalaustritt beachten sollten.

Warum tragen Sie eine Schiene?

- ☐ Bänderverletzung
 - ☐ Knochenbruch
 - ☐ Verrenkung der Kniescheibe
 - ☐ Wunde
 - ☐ Anderes:
-

Die Knieschiene stabilisiert Ihr Gelenk und lindert die Schmerzen.

Ihre Behandlung?

Tragen Sie die Schiene **Tag und Nacht** bis zur Neubewertung durch den Facharzt. Sie dürfen die Schiene nur zum Duschen abnehmen, vermeiden Sie dabei Drehbewegungen.

Empfehlungen für zu Hause

Ruhe	Um Schwellungen zu vermeiden Gönnen Sie sich regelmässig Ruhepausen. Stehen Sie nicht den ganzen Tag.
Hochlagern	Um Schwellungen zu vermeiden Lagern Sie Ihr Bein so oft wie möglich waagrecht hoch.
Kühlen	Um Schwellungen zu vermeiden Legen Sie eine Kühlpackung auf (nicht direkt auf die Haut): Erste 2 Tage: 10 Min., 10-mal täglich. Tag 3 bis 9 Tag: 10 Min., 2-mal täglich.
Gehen (vom Arzt anzukreuzen)	☐ Gehen Sie so normal wie möglich, je nach Schmerzen, ohne Krücken. ☐ Gehen Sie mit Krücken, je nach Schmerz mit Belastung. ☐ Gehen Sie mit Krücken, ohne das verletzte Bein zu belasten.
Sport	Kein Sport bis zur Kontrolle durch den Facharzt.
Medikamente	Nehmen Sie Ihre Medikamente gemäss Verordnung ein.

Wie geht es weiter?

Vom Arzt auszufüllen:

- ☐ Sie haben einen Termin in der **Orthopädie-Sprechstunde** am _____ um _____ Uhr. (Bei Verhinderung oder um den Termin zu ändern, kontaktieren Sie bitte so rasch wie möglich das Sekretariat: 021 314 27 98.)
- ☐ Die **Sportmedizin** wird Ihnen einen Termin für eine Kontrolluntersuchung mitteilen. Falls Sie innerhalb von 5 Arbeitstagen nichts hören, wenden Sie sich an: 021 314 94 06.
- ☐ Vereinbaren Sie innerhalb von 7 Tagen einen Termin für eine Kontrolluntersuchung bei **Ihrem Hausarzt**.

Sie haben eine Radiologie-Überweisung erhalten?

Vereinbaren Sie rasch einen Termin bei einem Radiologen oder in der Radiologie des CHUV (021 314 44 44). Die Resultate werden an die zuständige Fachperson geschickt und bei Ihrem Termin mit Ihnen besprochen.



Bei Fragen wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt oder Ihre Apotheke.



Für andere Sprachen scannen
Scan for other languages

