



NEWSLETTER

der Klinik und Poliklinik für Orthopädie und Sportorthopädie

Liebe Patientinnen, liebe Patienten,

roboterassistierte Operationsverfahren sind in der modernen Endoprothetik unverzichtbar geworden. Deshalb freuen wir uns umso mehr, dass wir in unserem OP höchst qualifizierte Verstärkung bekommen haben: Seit Jahresbeginn setzen wir bei unseren Knieoperationen zusätzlich den VELYS Knie-Roboter der Firma DePuy Syntes ein. Damit können wir unseren Schwerpunkt computergestützte Operationsverfahren weiter ausbauen. Als aktuell einzige Klinik in Deutschland verfügen wir über die in der Endoprothetik führenden Systeme Mako und Velys.

„Fast Track“, unser Behandlungskonzept für Patientinnen und Patienten mit einer Knieoperation, läuft nunmehr ein halbes Jahr. Wir haben dafür Therapiemethoden modifiziert, interne Abläufe verändert und die

Funktion einer Fast-Track-Assistenz eingeführt. Es hat sich gelohnt! Gut beobachten lässt sich dies auf unseren Stationsfluren, wo viele Patientinnen und Patienten einen erfreulichen Ehrgeiz bei der Ausführung ihrer Knie-Übungen an den Tag legen – und damit eine deutlich robustere Mobilität aufbauen. Im Sommer werden wir das Konzept auch auf unsere Hüftpatienten ausdehnen. Welche Erfahrungen unser Team mit dem Fast-Track-Konzept macht, lesen Sie im Folgenden. Ich wünsche Ihnen eine spannende Lektüre und ein sonniges Frühjahr!

Ihr

Rüdiger von Eisenhart-Rothe

Direktor der Klinik und Poliklinik für Orthopädie und Sportorthopädie

Schwerpunkt Fast Track

Schnell mobil – mit Konzept

Mit dem Behandlungskonzept Fast Track kommen Patienten nach einer Knie-OP zügig wieder auf die Beine.

Schnelle Schiene, so etwa lässt sich der Begriff Fast Track ins Deutsche übersetzen. Im Kontext einer Knie-OP ist diese Schiene eine regelrechte Überholspur, wenn es um die Dauer des Klinikaufenthalts geht. Dank moderner schonender OP-Verfahren, einer effektiven Schmerztherapie und einer zügigen Mobilisierung konnte die Verweildauer auf etwa 3 bis 5 Tage reduziert werden – zuvor lag sie noch bei 7 bis 10 Tagen.

Zu seiner schnelleren Rehabilitation trägt auch der Patient aktiv bei: Im Rahmen einer intensiven Operationsvorbereitung lernt er, wie er seinen Heilungsprozess positiv beeinflussen kann. So wird der Weg zur Genesung gemeinsam effizient und erfolgreich gestaltet.

Ein Team aus Ärzten, Pflegenden und Physiotherapeuten hat die Einführung des Fast-Track-Konzepts sorgfältig vorbereitet, um eine optimale Umsetzung und eine möglichst reibungslose Einführungsphase zu gewährleisten.



Wie blicken die Mitarbeitenden jetzt auf die Veränderungen? Wie kommt das Therapiekonzept bei Patientinnen und Patienten an. Wir haben einige von ihnen gefragt.

Schwerpunkt

Der Arzt

Max Ertl, Oberarzt und Senior-Hauptoperateur. Die Visite durch die Ärzte erfolgt zweimal täglich.

„Wir haben schon mehr als 300 Patienten nach dem Fast-Track-Konzept versorgt und sehen, dass es gut funktioniert. Die Verweiltage bei uns sind deutlich gesunken. Jeder fünfte Patient geht bereits am 3. Tag wieder nach Hause. Die zügige Mobilisation, zu der wir unsere Patienten anhalten, fördert nicht nur die rasche Rückkehr in den Alltag, sie verbessert auch die Gelenkfunktion. Metaanalysen bestätigen, dass das Fast-Track-Konzept die Rehabilitationszeit verkürzt, ohne die Sicherheit zu beeinträchtigen.

Um das alles zu ermöglichen, haben wir zahlreiche Veränderungen vorgenommen: die OP-Techniken optimiert ebenso wie unser Blutungsmanagement und die Infektionsprophylaxe. Gleichzeitig ist damit das Komplikationsrisiko weiter gesunken.

Die Umsetzung des Konzepts erfordert auf jeden Fall ein erfahrenes und geschultes Team. Die Behandlung muss konsistent sein, dazu müssen Chirurgen, Anästhesisten, Pflegende und Physiotherapeuten an einem Strang ziehen. Das Fast-Track-Konzept funktioniert bei jungen Patienten genauso gut wie bei älteren. Entscheidend ist eine gute Vorbereitung: durch ein klares Erwartungsmanagement und konkrete Ziele. Die aktive Mitarbeit des Patienten ist die halbe Miete.“



Max Ertl, Oberarzt und Senior-Hauptoperateur.



Fast-Track-Assistenz
Anna Kristina Santamaa in ihrer Sprechstunde.

Die Fast-Track-Assistenz

Jede Patientin, jeder Patient mit einer Knie-OP lernt Anna Kristina Santamaa kennen. Sie begleitet durch den gesamten Behandlungsprozess, vom Aufklärungs- bis zum Nachsorgegespräch. Ihr Ziel: die gründliche Vorbereitung auf Operation und Klinikaufenthalt.

„Das Wichtigste ist, dass die Patienten verstehen, wie das Fast-Track-Konzept funktioniert: Sie müssen wissen, wie sie mitwirken können und welche Vorteile ihnen daraus entstehen. Dazu bespreche ich den gesamten Behandlungsablauf mit ihnen, beantworte alle Fragen und gebe auch nützliche Tipps zu scheinbaren Nebensächlichkeiten wie etwa die Anwendung der Desinfektionstücher oder das Packen der Krankenhaustasche. Wir verteile auch eine Patientenbroschüre, in der alle Informationen zum Nachlesen noch einmal übersichtlich zusammengefasst sind. Sie enthält auch alle wichtigen Telefonnummern. Viel Raum bekommt auch das Thema Ernährung. Die meisten sind sehr überrascht, wenn sie erfahren, dass man vor der OP reichlich Kohlenhydrate essen und noch bis 2 Stunden vorher trinken soll. Doch so gehen die Patienten gestärkt in die Operation und erholen sich schneller davon.

Zur Aufklärung gehört auch unser Patientenseminar mit Gangschule. Alle Patienten werden dazu von mir eingeladen. Dort stellt sich das Team vor und es gibt Gelegenheit, Fragen zu stellen. Anschließend zeigen unsere Physiotherapeuten das Gehen und Treppensteigen an Krücken. Wer das Seminar mitgemacht hat, weiß, wie hilfreich es ist. Insgesamt erlebe ich unsere Patienten als sehr aufgeschlossen und ich bekomme sehr viel positives Feedback. Manche Patienten schicken sogar Postkarten aus der Reha. Das freut mich. Dann haben wir alle unseren Job gut gemacht.“

Schwerpunkt

Das Pflege-Team

24/7 wachen die Pflegenden über den körperlichen Erholungsprozess des Patienten nach der OP: Sie kontrollieren die Vitalzeichen, gehen auf Schmerzen ein und helfen bei der Körperpflege.

Das hat sich mit Fast Track für euch verändert?

Wir stellen fest, dass die Patienten deutlich fitter aus dem OP zu uns auf die Station kommen. Die Prä-OP-Getränke bringen einen richtigen Energieschub: Der Kreislauf ist stabiler, der Blutdruck normalisiert sich schneller, Übelkeit, Schwindelgefühle und Schmerzen sind seltener ein Thema. Die Elektrolytlösung, traditionell bei uns postoperativer Standard, brauchen wir nicht mehr. Die Patienten haben es auch nicht mehr so eilig mit dem Essen.



Das Pflege-Team (v.l.n.r.):
Nicole Stäfe, Georg Bensch, Dana Niko und Camelia Raduinea.

Wie klappt es mit der Erstmobilisierung am Operationstag?

Ausgezeichnet! Die meisten sitzen schon wenige Stunden nach der OP auf der Bettkante. Wer im Patientenseminar war, kann mit Krücken laufen und schafft es eigenständig zur Toilette. Bislang geschah das frühestens am 1. Tag. Weil wir die Schmerzmittel nicht mehr intravenös verabreichen, können die Patienten sie selbst dosieren. Das macht sie unabhängiger. Wenn am 2. Tag das Röntgen ansteht, werden die Patienten nicht mehr im Bett transportiert, es reicht ein Rollstuhl. Manche schaffen es sogar allein auf Gehstützen. Die Patienten sind wirklich froh, das Bett schnell zu verlassen.

Euer Fazit?

Beide Seiten gewinnen: Die Patienten sind selbstständiger, wir sind entlastet und können uns um hilfsbedürftigere Patienten kümmern. Doch wir sind immer da, wenn jemand Hilfe benötigt. Es hat uns wirklich erstaunt, dass Aufklärung so viel bewirkt.

Genauso überrascht sind aber auch die Patienten selbst, wie schnell sie wieder auf den Beinen sind. Und noch einen positiven Aspekt gibt es: Die Kommunikation der Patienten untereinander ist besser geworden. Man sieht sich auf dem Gang und spornt sich gegenseitig an. Das hebt die Stimmung. Auch bei uns!



Das Physio-Team (v.l.n.r.):
Armin Maier, Annika Grosch, Maria Kirchner, Dr. Barbara Vogel MPH und Katja Guddorp.

Das Physio-Team

Die Mitarbeitenden der Physiotherapie sind täglich einmal beim Patienten: Sie erklären, leiten an und beobachten die Fortschritte.

Ihr startet die Physiotherapie am Tag nach der OP. Sind die Patienten da schon motiviert, Übungen zu machen?

Früher waren die Patienten eher in einer passiven Rolle. Durch die intensive Aufklärung vor der OP sind sie heute viel aktiver, viel aufgeschlossener. An unserem Übungsparcours haben sie richtig Spaß. Während wir beispielsweise früher die ersten Schritte mit dem Gehwagen geübt haben, gehen die meisten jetzt schon am ersten Tag an Stützen. Und wir bestärken sie, möglichst mobil zu sein. Selbst bei Schmerzen, die bei einem operierten Gelenk völlig normal sind, ist es besser, Schmerzmittel zu nehmen, als im Bett zu bleiben.

Welche Wirkung hat das Patientenseminar?

Wer die Gangschule mitmacht, lernt seine Unterarmgehstützen zu benutzen. Wir raten immer: Üben Sie zu Hause weiter. Das nimmt Ängste. Wer sich bewegt, baut Selbstvertrauen auf und schafft sich Erfolge. Um einen weiteren Anreiz zu schaffen, haben wir einen Zettel mit Tageszielen entwickelt, auf dem die Patienten eintragen, wie viel sie sich jeden Tag bewegen. Das motiviert gleich doppelt: Es dokumentiert die Leistung und spornt an.

Schwerpunkt

Bedeutet Fast Track für euch eine Erleichterung?

Unbedingt. Die Arbeit macht mehr Spaß und sie ist körperlich nicht mehr so anstrengend. Früher haben wir die Patienten viel öfter gehoben. Die Vorstellung von Physiotherapie ist ja traditionell die einer Heilung durch manuelle Therapie, „Hands-on“, wie es heißt. Jetzt heilen wir stärker durch Motivation, Tipps und Begleitung. Wir coachen. Wir stimmen den Patienten auf sich selbst ein. Das ist viel effektiver.

Die Patientin



Fühlte sich gut vorbereitet und ging völlig entspannt in die Operation: Patientin Anna Aigner.

Es ist der 4. Tag nach der Operation, die Entlassungsunterlagen liegen auf dem Nachtschisch bereit, Patientin Anna Aigner freut sich auf zu Hause, doch sie ist gern bereit, noch ein paar Fragen zu beantworten.

Frau Aigner, Ihre Knie-OP war nicht Ihre erste Operation, aber die erste nach dem Fast-Track-Konzept. Wie geht es Ihnen und was war anders?

Ich bin hochzufrieden und würde einen Gelenkersatz nur noch so haben wollen. Es war meine achte Operation, aber ich war noch nie so gut vorbereitet. Alle im Team haben sich viel Zeit genommen, selbst für Kleinigkeiten. Es lief total entspannt. Und entspannt bin auch ins Krankenhaus gekommen. Wie empfohlen habe ich am Vorabend mit meinen Kindern noch ausgiebig gegessen. Auch das hat gutgetan.

Wie hilfreich fanden Sie unser Patientenseminar?

Ich komme von auswärts, die Anreise war ein Aufwand, aber der war es wert. Neben den vielen

Informationen waren mir die Gehübungen sehr wichtig. Und es war schön, in einer Gruppe zu sein. Vieles, was mir nicht eingefallen ist, haben andere gefragt und sowohl das Pflege-Team als auch die Ärzte haben sich die Zeit genommen, diese Fragen zu beantworten. Das ist nach meiner Erfahrung nicht selbstverständlich.

Die Mobilisierung beginnt noch am OP-Tag, auch danach ist Bewegung das A und O. Fühlten Sie sich davon überfordert?

Ganz im Gegenteil. Ich war ja auf alles top vorbereitet und erleichtert, sofort wieder selbstständig zu sein. Das kannte ich von früheren Operationen ganz anders. Als das Bein am dritten Tag anschwell, wusste ich, dass das völlig in Ordnung ist und habe weitergeübt.

Haben Sie noch eine Anregung?

Ich würde allen Patienten empfehlen, einen Rucksack mitzunehmen oder eine Tasche, die man quer über dem Oberkörper trägt. Das erleichtert das Gehen an Krücken.



Anna Aigner aus Roththalmünster bekam Anfang April ein neues Kniegelenk.

Kontakt

Impressum

Herausgeber: Klinik und Poliklinik für Orthopädie und Sportorthopädie
TUM Klinikum Rechts der Isar
Ismaninger Straße 22 · 81675 München
www.mri.tum.de

Verantwortlich im Sinne des Presserechts (V.i.S.d.P.): Univ.-Prof. Dr. Rüdiger von Eisenhart-Rothe

Redaktion: Dr. Angelika Jockers · Tel.: 089 4140-7788
E-Mail: angelika.jockers@mri.tum.de
Tel.: 089 4140-2271 · E-Mail: ortho@mri.tum.de