




KONSERVATIVE THERAPIE DES VORDEREN KREUZBANDES -FÜR WEN ?




Frank Diemer - FOMT
Fortbildung für Orthopädische Medizin und Manuelle Therapie

1



Geht das ?



Ramski et al. Anterior Cruciate Ligament Tears in Children and Adolescents - A Meta-analysis of Nonoperative Versus Operative Treatment. 2013; Dec. 4th.

- ☞ Mehr Instabilität bei konservativer Therapie
- ☞ Weniger Patienten kehren in den Sport zurück

2



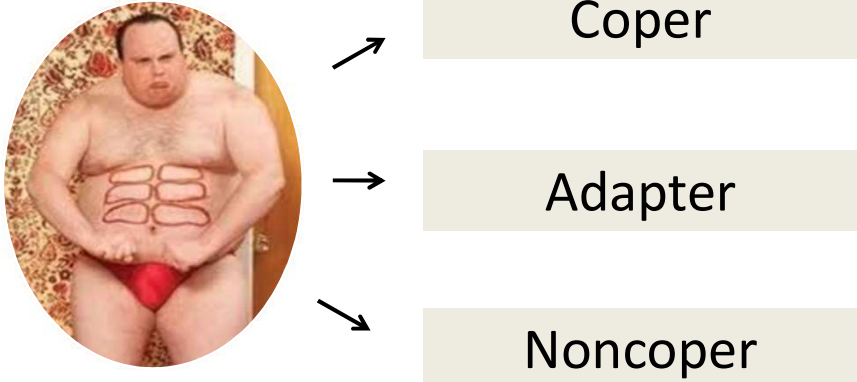
3



4

Subgruppen (Frobell 2013)

FOMT



Coper

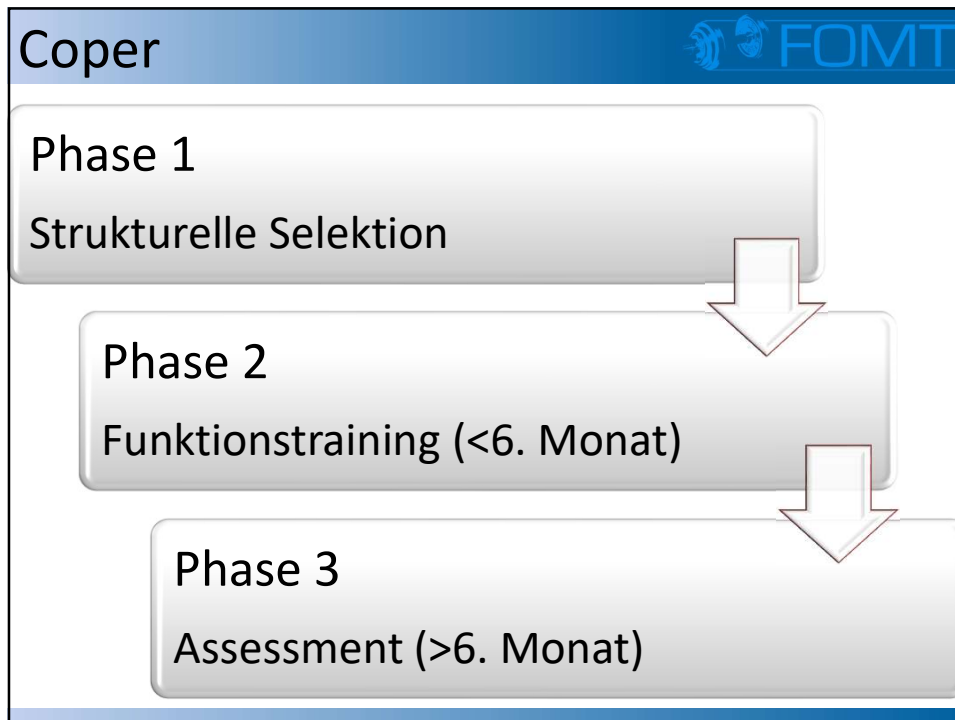
Adapter

Noncoper


5



6

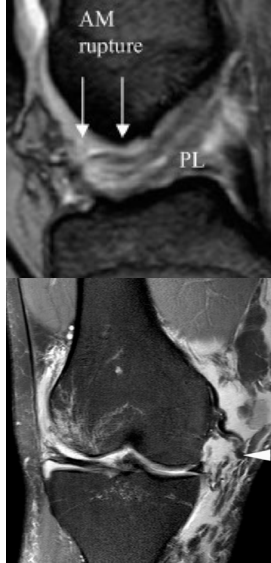


7

Coper (Siebold 2008, Zantop 2007) 

Phase 1: Strukturelle Selektion

- ☞ partielle Rupturen
 - Ca. 5-25%
- ☞ vollständige Rupturen
- ☞ Begleitverletzungen
- ☞ Einflussfaktoren:
 - Alter
 - Aktivitätsstatus



8

Coper (Risberg 2009) 

Phase 2: Funktionstraining (3-6 Monate)

☞ Methodischer Trainingsaufbau

☞ Ziele:

- reizfreies Gelenk
- volle Beweglichkeit
- gute posturale Kontrolle
- gute dynamische Kontrolle
- 70% Kraft des Quadrizeps



9

Coper (Frobell 2013, Moksness 2009) 

Phase 3: Assessment (ca. 4 Wochen)


☞ progressives Training

☞ Testbatterie:



- Sprungtests (1-Bein, 2-Bein)
- Kraft (Extensoren/Flexoren)
- Scores (Knee outcome survey)
- Subjektive Beurteilung
- giving way Episoden



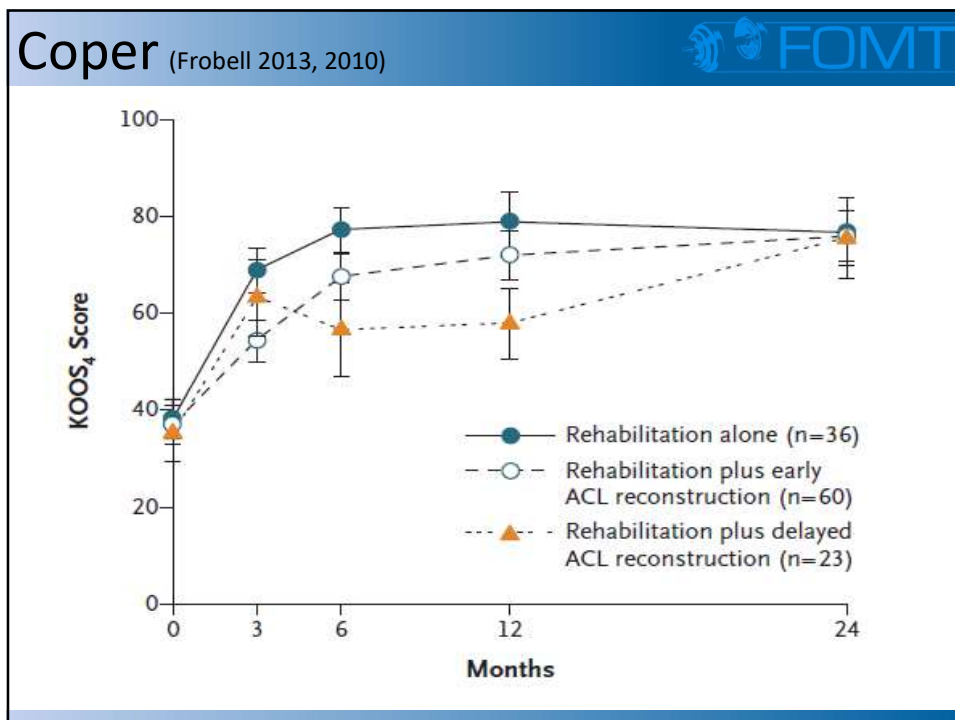
10

Coper (Ericsson 2013, Logerstedt 2013, 2012) 

- Großer Zusammenhang von Leistungstests zu Scores
- Geringer Prädiktiver Wert
 - ☞ Klinische Entscheidung (funktionelle Instabilität)

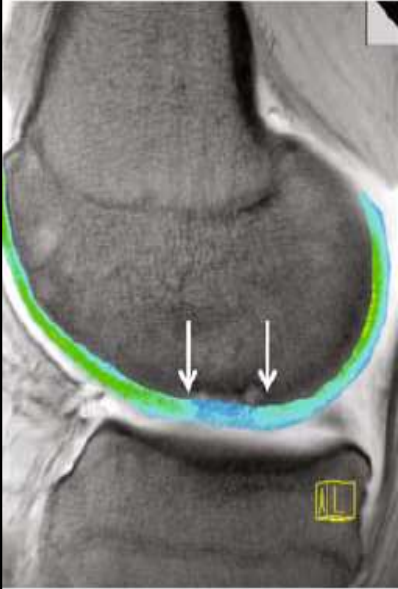



11



13

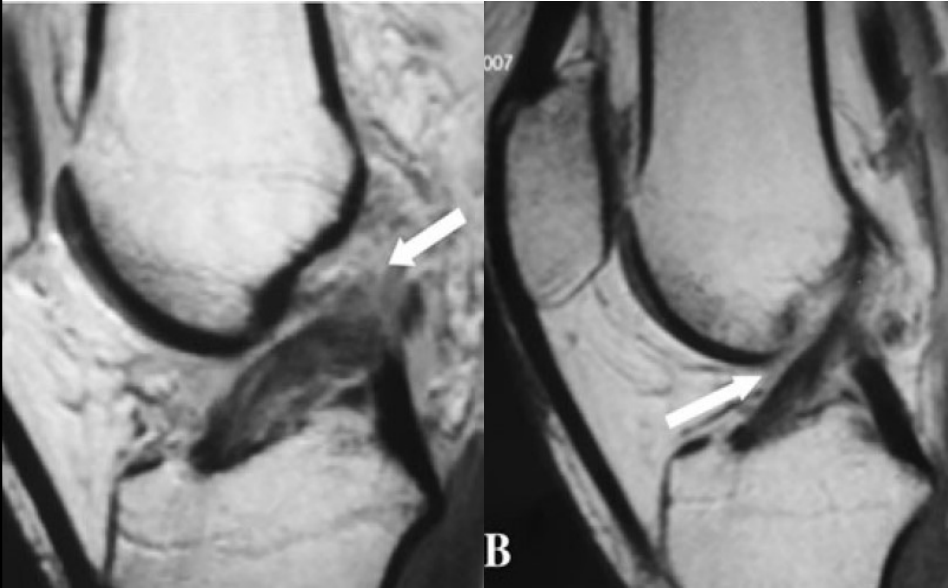
Coper (Neumann 2014, Frobell 2013, Grindem 2012, Tjong 2014)




- Knorpel:
 - Keine zwangsläufige Degeneration (20 Jahre Follow-up)
- Meniskus:
 - Keine oder geringe Unterschiede (konservativ ↑)
- Return to Sport:
 - Kein Unterschied

14

Spontanheilung (Costa-Paz 2012)



15

Zusammenfassung 

- ☞ Coper suchen und finden!
- ☞ funktioneller Algorithmus!
- ☞ langfristig gute Funktion mit geringer Degeneration!
- ☞ funktionelle Stabilität ist entscheidend!

16

Vielen Dank für die Aufmerksamkeit! 

Weitere Informationen unter:

E-Mail: info@fomt.info

Internet: www.fomt.info

Facebook:
<http://www.facebook.com/fomt.info>

17