



# CELENUS Algos Fachklinik

Gesundheit als Aufgabe

Rehabilitationsklinik  
für chronische und  
rezidivierende  
Schmerzsyndrome



## Einsteigen in ein Fahrzeug nach Knie-TEP/Hüft-OP

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

das Autofahren ist erst dann erlaubt, wenn beide Beine voll belastbar und Sie auf Gehhilfen nicht mehr angewiesen sind.

Gönnen Sie sich beim Autofahren regelmäßige Pausen, in denen Sie aus dem Auto steigen und einige Streckübungen machen. Während dieser Pausen sollten Sie einige Meter auf- und abgehen.

Auch wenn Sie die ersten Monate nach der Operation selbst noch nicht Autofahren dürfen, müssen Sie frühzeitig üben, korrekt in einen PKW ein- und auszusteigen.

Lesen Sie auf der Rückseite unsere Empfehlungen!

Ratgeber



Celenus Algos Fachklinik

## Das Einsteigen

- stellen Sie den Autositz ganz nach hinten
- setzen Sie sich seitlich auf den Sitz, wobei Ihre Beine noch vollständig außerhalb des Fahrzeuges sind
- stützen Sie sich mit beiden Händen am Armaturenbrett sowie an der Sitzlehne ab, dann drehen Sie den ganzen Körper mit den Beinen in das Auto
- stellen Sie anschließend die Sitzposition wieder richtig ein

## Das Aussteigen

- vollzieht sich genau umgekehrt
- stellen Sie den Sitz ganz nach hinten und achten Sie darauf, dass Sie wie beim Einsteigen Beine und Körper gleichzeitig drehen

## Beladen eines Autos

- das Beladen eines Autos mit hoher Kofferraumkante bereitet oftmals Schwierigkeiten
- achten Sie deshalb bei der Auswahl eines Autos auf eine niedrige Laderampe

Werden Sie schnell wieder Gesund!

Ihr Klinik-Team der Algos Fachklinik

Celenus Algos Fachklinik  
Hermann-Sachse-Straße 36, 07639 Bad Klosterlausnitz  
Tel. 036601 87-000, Fax 036601 87-100  
[www.algos-fachklinik.de](http://www.algos-fachklinik.de), [info@algos-fachklinik.de](mailto:info@algos-fachklinik.de)  
Ein Unternehmen der Celenus-Kliniken GmbH