

Definitioner av belastning

Avlasta:

Benet hålls i luften och patienten ska således hoppa. Kräver gånghjälpmedel och är tidsbegränsat. Vid stillastående eller sittande är det OK att vila benet mot underlaget.

Stegmarkera:

Bevarar ett normalt gångmönster men ger reducerad belastning på benet. Tillåtet att vila benets tyngd mot underlaget, men patienten får inte "lägga tyngd" på det under belastningsfasen. Kräver gånghjälpmedel och är tidsbegränsat.

Full belastning:

Tillåtet att gå utan hjälpmedel när smärtan så tillåter. Pt skall informeras att använda gånghjälpmedel utomhus i båda händerna tills han/hon inte haltar längre. Inomhus kan patienten gå med stöd i enbart motsatta sidans hand när han/hon känner sig trygg med det.