

Verletzung am Knöchel

Beitrag von „Super-Lion“ vom 14. Juni 2006 15:32

Hallo Ketfesem,

was ist denn eine Orthese? Bzw. wie sieht diese bei Dir aus? Meinst Du ein Air-Cast? Das hatte ich auch mal. Und wenn man das richtig einstellt, bereitet sie auch keine Schmerzen. Luftpolster entsprechend "aufblasen", exakte Größe wählen (die gibt es in S, M, L, XL) und für den rechten bzw. linken Fuß.

Man kann den Socken auch darunterziehen, dann reibt/drückt sie noch weniger.

Kann mir das nicht so richtig erklären, was Du hier schilderst.

Zur Not eben Krücken besorgen - hatte ich bei einer Bänderdehnung auch 'mal.

Viele Grüße und gute Besserung

Super-Lion