

Om sport arbejde, bilkørsel og sex	Svar
Hvornår må jeg begynde at cykle?	Du må begynde at kondicykle uden belastning efter nogle få dage. Du må tidligst cykle på almindelig cykel efter 6 uger.
Hvornår må jeg svømme?	Efter 2 uger må du svømme crawl. Efter 6 uger må du brystsvømme.
Hvornår må jeg styrketræne?	Du må styrketræne kroppen (bort set fra det opererede ben) så snart du kan, men du må først begynde forsigtig styrketræning af det opererede ben efter 6 uger.
Hvornår må jeg løbe?	Let løb efter 10-12 uger fx løb på løbebånd. Løb i naturen 16-20 uger.
Hvornår må jeg ride?	Efter 3 måneder må du ride.
Hvornår må jeg spille fodbold eller anden kontaktsport?	Efter 6-8 måneder må du dyrke kontaktsport.
Hvornår må jeg begynde at arbejde?	Let fysisk arbejde kan genoptages efter 1-4 uger, men fysisk krævende arbejde kræver 6-12 ugers sygemelding.
Hvornår må jeg selv køre bil?	Du må godt være passager lige efter operationen. I almindelighed må du være føre af en bil efter 3 uger, men har du automatgear, og er du opereret på venstre ben, så må du føre bil, når du kan gøre forsvarligt.
Hvornår må jeg dyrke sex?	Seksuelt samliv må genoptages, når du føler dig klar til det.

