

An den weiterbehandelnden Arzt sowie
die weiterbehandelnden Physiotherapeuten

Dr. med. Roland Gruhn
Dr. med. Werner R. Regel
Lilienstraße 4
46446 Emmerich

Tel. 0 28 22 - 79 14 91
Fax 0 28 22 - 79 14 92

www.emmerich-orthopaedie.de
kontakt@emmerich-orthopaedie.de

Patient/in:

OP-Datum:

Nachbehandlungsplan: Schultersteife – arthroskopisches Kapselrelease

- Interskalenärer Plexuskatheter für 3-4 Tage (Anlage/Versorgung d. Anästhesie)
- Start der Physiotherapie am 1. postop. Tag
- CPM in der Krankenhausphase 2-3mal täglich für 15-20min.
- lokale Eisanwendungen am Schultergelenk
- Medikation mit Antiphlogistika (z. B. Ibuprofen 600 mg 3xtgl. / plus magenprotekt. Präparat) für mindestens 3 Wochen
- ggf. postop. Prednison-Stufenschema (nach Habermeyer, verkürzt auf 9-12Tage)
- Analgesie nach Bedarf mit überlappender Abdeckung zum Plexuskatheter für mind. 6 Wochen, ggf. unter Einsatz von Morphin
- aktive Übungen Finger- Hand und Ellbogengelenk
- Koordinationsübungen, BWS-Aufrichtung, Scapulastabilisation / –mobilisation
- aktive und assistive Mobilisation mit Gegenhand durch den Patienten in allen Bewegungsebenen bis an die Schmerzgrenze (unter **ausreichender Analgesie!**)
- Schultermobilisation unter visueller Kontrolle vor dem Spiegel zur Vermeidung von Ausweichbewegungen
- im Verlauf zunehmende Belastung, PNF, Training der Rotatorenmanschette mit Teraband o.ä.
(s.a. Berndt-T et al. in: Operative Orthopädie und Traumatologie 2015/2: 172-182)

Die Wiederherstellung e. schmerzfreien Schulterfunktion benötigt ca. 3-4 Monate!

Wiedervorstellung zur klinischen Verlaufskontrolle nach 6 Wochen und 4 Monaten erbeten.