

An den weiterbehandelnden Arzt sowie
die weiterbehandelnden Physiotherapeuten

Patient/in:
OP-Datum:

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

Nachbehandlungstandard arthroskopisch kontrollierte Schulterreckgelenkstabilisierung/ACG-fixation

1.-3. Woche	4.-8. Woche	9.-12. Woche	ab 13. Woche
Ruhigstellung – Nur passive Beübung!		Beginn m. aktiver Beübg.	Muskuläre Kräftigung, Rückkehr zur Vollbelastung
<ul style="list-style-type: none"> - Immobilisation der Schulter in Omo-Sat-Bandage (Fa. Bort) für 8 Wochen / auf sichere Gewichtsabnahme durch den Verband achten! - nur passive Mobilisation <u>bis 45° für ABD und FLEX</u> - freie passive Beübung von Ellenbogen- und Handgelenk - Handpumpübungen - Analgesie nach WHO-Stufenschema - lokale Kühlung, manuelle Lymphdrainage <p>Wiedervorstellung 3 Wochen postoperativ:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - wie zuvor, jedoch: passive Mobilisation <u>bis 90° für ABD +FLEX</u> <p>WV 8 Wo. postoperativ:</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Abnahme der Bandage - aktive beschwerdeabh. Mobilisation unter Vermeidung von kaudaler Traktion und vertikaler Gewichtsbelastung! 	<ul style="list-style-type: none"> - Training der Rotatorenmanschette u. Skapulastabilisationen - Verbesserung der Kraftausdauer - Rückkehr zu berufl. Aktivitäten mit höherer Schulterbelastung sowie Beginn mit sportartspezif. Training <p>WV 4 Mon. postoperativ:</p>

Die volle Sportfähigkeit – v.a. Überkopf- u. Kontaktsportarten – ist nach etwa 4 Monaten gegeben.