

Patienteninformation

Nachbehandlungsschema

Nachbehandlung Oberarmkopfbuch (Plattenosteosynthese / Nagelosteosynthese)

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
OP-Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • Orthese (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Röntgen anmelden ✓ Schmerztherapie gemäß Schema, mit ggf. IS-Katheter
1. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • Orthese (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie) • Zentrierend isometrische Spannungsübungen 2 x tgl. • Passiv-assistive Mobilisation: Flex/Abd max. bis 90° • Kein Aufstützen, keine Gewichtsbelastung 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Stationäre Versorgung ✓ Schmerztherapie gemäß Schema, mit ggf. IS-Katheter ✓ Reha für Beginn 6. Woche p.o. anmelden
2. – 4. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Orthese ab (wenn Osteosynthese übungstabil) • Passiv-assistive Mobilisation: Flex/Abd max. bis 90°, Isometrie, HWS/BWS-Mobilisation, kein Aufstützen, keine Gewichtsbelastung • Detonisierung • Isometrische Spannungsübungen • Scapulamobilisation • ADL-Training 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verbandswechsel ✓ Fäden ex nach 10 Tagen (wenn nicht resorbierbar) ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika
5. – 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Passiv-assistive Mobilisation: Flex/Abd frei ° • Ggf. Bewegungsbad • Detonisierung • Isometrische Spannungsübungen • Scapulamobilisation • ADL-Training 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
7. – 12. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Mobilisation frei -> Bewegungsaufbau Beübung bei freiem ROM, Belastung zunehmend steigern • Dehnungsübungen • Gewichtsbelastung zunehmend steigern, max. 5 kg unter Einsatz von Geräten • Beginn mit Bewegungen gegen Schwerkraft • Führungswiderstand dosiert steigern • Konzentrisches Training des Deltamuskel und Force couple • Keine exzentrischen Übungen mit langen Hebeln • Stabilisierungs-, Zentrierungs- und Propriozeptionsübungen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Ggf. Rehamaßnahme
Ab 13. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Belastung dosiert steigern • KG am Gerät • Sportartspezifisches Training 	

Mit besten Wünschen für eine rasche Genesung,

Ihr Team der Klinik für Schulterchirurgie im Vivantes Humboldt Klinikum und Vivantes Klinikum Spandau



Dr. med. M. Müller
Chefärztin