

Patienteninformation

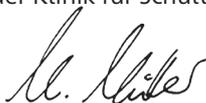
Nachbehandlungsschema

Nachbehandlung SLAP-Repair / LBS-Tenodese

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
1.+2. Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • OmoXPress-Bandage • Zentrierende isometrische Übungen • Physiotherapie wie Woche 1 – 4 • Kein Aufstützen, keine Gewichtsbelastung des operierten Armes für 6 Wochen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Schmerztherapie ✓ Verbandskontrolle ✓ Ggf. Röntgen anmelden
1. – 4. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • OmoXPress-Bandage • Passiv und aktiv-assistive Bewegungsübungen: Abd max. 90°, sonst frei, passive Bewegungsübungen EB limitiert auf Ext/Flex 0°/30°/frei 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Verbandskontrolle ✓ Fäden ex ab d. 10. Tag ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika
5. – 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • OmoXPress-Bandage ab • Beginn aktiv-assistive Bewegungsübungen EB mit Reduktion des Strecklimits 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika
Ab 7. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Aktive Bewegungsübungen Schulter und EB • Bizepstraining mit langsam steigenden Widerständen • Dehnungsübungen zur Wiederherstellung der EB Beweglichkeit • Sportartspezifisches Training • Ambulante Reha 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rehasport-Verordnen ✓ Ggf. AU
Ab 12. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifisches Aufbautraining • Spezifisches Krafttraining 	

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