

# Patienteninformation

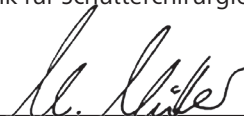
## Nachbehandlungsschema

### Nachbehandlung DogBone/TightRope bei Schulterreckgelenkssprengung (Rockwood IIIb/V)

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
<b>OP-Tag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kühlung</li> <li>• 24h OmoXPress-Bandage (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Schmerztherapie gemäß Schema</li> <li>✓ Röntgen anmelden</li> </ul>
<b>1. – 7. Tag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kühlung 3 x tgl. 20 Min.</li> <li>• 24h OmoXPress -Bandage (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie)</li> <li>• Passive und aktiv-assistive Beübung: Flex/Abd bis 60°, Add 0°, Rotation schmerzabhängig frei, kein axiales Stützen, keine Gewichtsbelastung</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ PT/MT</li> <li>✓ Verordnung</li> <li>✓ AU</li> <li>✓ Ggf. Analgetika</li> <li>✓ Verbandswechsel</li> </ul>
<b>2. – 4. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passive und aktiv-assistive Bewegungsübungen: Flex/ Abd bis 60°, Add 0°, Rotation schmerzabhängig frei</li> <li>• Haltungsschule</li> <li>• Detonisierung</li> <li>• Scapulamobilisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Fäden ex nach 10 Tagen</li> <li>✓ PT/MT Verordnung</li> <li>✓ AU</li> <li>✓ Ggf. Analgetika</li> </ul>
<b>5. – 6. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Passive und aktiv-assistive Bewegungsübungen: Flex/ Abd bis 90°, Rotation schmerzabhängig frei,</li> <li>• Haltungsschule</li> <li>• Detonisierung</li> <li>• Scapulamobilisation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Rehasport-Verordnung</li> </ul>
<b>Ab der 6. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• OmoXPress-Bandage entfernen</li> <li>• Aktive Bewegungsübungen leichte Belastung frei</li> <li>• Auftrainieren der Muskulatur in Eigenregie</li> <li>• ADL frei (über 90° Abd)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Rehasport-Verordnung</li> </ul>
<b>Ab dem 3. Monat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportartspezifisches Training bei zyklischem Sport</li> </ul>	
<b>Ab dem 7. Monat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sportartspezifisches Training bei azyklischem Sport</li> </ul>	

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



Dr. med. B. Dreithaler  
Chefarzt