

Patienteninformation

Nachbehandlungsschema

Nachbehandlung Frozen shoulder

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
OP-Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • OmoXPress-Bandage (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie) 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Schmerztherapie/ISK Kontrolle ✓ Verbandskontrolle
1. – 14. Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • OmoXPress-Bandage (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie) für 7 Tage • CPM 3 x tgl., schmerzadaptierte Beübung keine Einschränkung des ROM, Isometrie, Dehnungsübung bis zur Schmerzgrenze 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Redon ex ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika ✓ Verbandswechsel ✓ Fäden ex nach 10 Tagen
3. – 4. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • CPM 3 x tgl., schmerzadaptierte Beübung keine Einschränkung des ROM, Isometrie, Dehnungsübung bis zur Schmerzgrenze • Beginn der ambulanten Rehabilitation 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika
Ab 5. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Sukzessives Erarbeiten des vollen Bewegungsausmaßes in allen Ebenen • Dehnungsübungen 3x tgl. weiter • Arbeitsfähigkeit bei leichten Tätigkeiten • Körperliches Training im Ausdauerbereich/zyklisches Training 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rehasport-Verordnung
Ab dem 3. Monat	<ul style="list-style-type: none"> • Sportartspezifisches, azyklisches Training • Arbeitsfähigkeit bei schweren körperlichen Tätigkeiten 	

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