

Patienteninformation

Nachbehandlungsschema

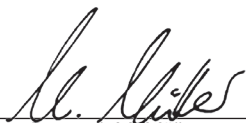
Nachbehandlung Oberarmkopfbrech (Plattenosteosynthese / Nagelosteosynthese)

	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. Rehammaßnahme
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



Dr. med. B. Dreithaler
Chefarzt