

# Patienteninformation

## Nachbehandlungsschema

### Nachbehandlung Latissimus-dorsi-Transfer

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
<b>OP-Tag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kühlung</li> <li>• UltraSling (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Verbandskontrolle</li> <li>✓ Schmerztherapie gemäß Schema, ggf. IS-Katheter</li> </ul>
<b>1. – 4. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Kühlung</li> <li>• 24h UltraSling (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie)</li> <li>• CPM</li> <li>• Ausschließlich passive Beübungen: IRO 0°, ARO 30°, Abd/Flex bis 90°, keine Add, keine Gewichtsbelastung des operierten Armes</li> <li>• Aktive Bewegungsübungen HG, Finger, EB</li> <li>• Ggf. Bewegungsbad</li> <li>• Haltungsschule</li> <li>• Detonisierung</li> <li>• Scapulamobilisation</li> <li>• ADL steigern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ PT/MT Verordnung</li> <li>✓ AU</li> <li>✓ Ggf. Analgetika</li> <li>✓ Verbandswechsel</li> <li>✓ Fäden ex nach 10 Tagen</li> </ul>
<b>4. – 6. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ggf. CPM</li> <li>• 24h UltraSling (Abnahme zur Körperpflege und Physiotherapie)</li> <li>• Aktiv-assistive Beübung in Abd/Flex bis 90°, IRO 0°/ARO 30°</li> <li>• Kein Aufstützen, keine Gewichtsbelastung des operierten Armes</li> <li>• Ggf. Bewegungsbad</li> <li>• Haltungsschule</li> <li>• Detonisierung</li> <li>• Scapulamobilisation</li> <li>• Humeruskopfzentrierung</li> <li>• ADL steigern</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ PT/MT Verordnung</li> <li>✓ AU</li> <li>✓ Ggf. Analgetika</li> </ul>
<b>Ab der 6. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• UltraSling ab</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Rehasport-Verordnung</li> </ul>

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
<b>6. – 12. Woche</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktiv-assistierte Beübungen schmerzadaptiert frei</li> <li>• Passive Dehnungsübungen frei zur Verbesserung der Beweglichkeit</li> <li>• Keine Übungen gegen Widerstand oder Kräftigung mit Gewichten &gt; 5kg</li> <li>• Beübung aktiv frei ohne Limit mit leichten Gewichten unter Beachtung des „low level loading“</li> <li>• Haltungsschule</li> <li>• Detonisierung</li> <li>• Scapulamobilisation</li> <li>• Humeruskopfzentrierung</li> <li>• Arbeitsfähig für leichte körperliche Tätigkeiten nach 12 Wochen</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>• Beginn mit Kräftigungsübungen der Rotatorenmanschette</li> <li>• Humeruskopfzentrierende Beübung, Erlernen von Eigenübungen</li> <li>• Scapulamobilisation – und – kräftigung, zyklisches Ausdauertraining</li> <li>• Koordinationstraining</li> <li>• Funktionstraining</li> <li>• Passive Dehnungsübungen frei zur Verbesserung der Beweglichkeit</li> <li>• Gewichtsbelastung bis 5 kg</li> <li>• Ggf. Bewegungsbad</li> </ul>	
<b>Ab dem 6. Monat</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Volle Belastbarkeit/Sportfähigkeit</li> <li>• Weiterführung der Eigenübungen zur Humeruskopfzentrierung, Kräftigung der Rotatorenmanschette</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