

Patienteninformation

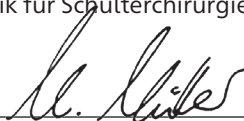
Nachbehandlungsschema

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



Dr. med. B. Dreithaler
Chefarzt