

Patienteninformation

Nachbehandlungsschema

Nachbehandlung arthroskopische Schulterstabilisation (Labrumrefixation)/ Latarjet

	Physiotherapie	Ärztliche Maßnahmen
OP. Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • OmoXPress-Bandage, ggf. Vadoplex 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Schmerztherapie ✓ Verbandskontrolle ✓ Ggf. Röntgen anmelden
1. – 3. Tag	<ul style="list-style-type: none"> • Kühlung • OmoXPress-Bandage • Zentrierende isometrische Übungen 2 x tgl. • Kein Aufstützen, keine Gewichtsbelastung des operierten Armes 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika ✓ Verbandswechsel
1. – 4. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • OmoXPress-Bandage • Zentrierende isometrische Übungen, 2 x tgl. • Geführte Bewegungen aktiv-assistiv: Abd/Flex bis 60°/60° ARO 0°, IRO bis Brust/Bauch, keine kombinierte Abd/ARO-Bewegung 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Fäden ex nach 10 Tagen ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU ✓ Ggf. Analgetika
4. – 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Bewegungsübungen aktiv-assistiv frei • Aktiv: Abd/Flex 120°/90°, ARO 0°, IRO bis Brust/Bauch • Auftrainieren der scapulafixierenden Muskulatur, OmoXPress-Bandage ab Woche 5 nur noch nachts 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ PT/MT Verordnung ✓ AU
Ab 7. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • OmoXPress-Bandage ab • Erarbeiten der freien Beweglichkeit • Kräftigungsübungen der RM und des Deltamuskels • Stabilisierungsübungen 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Rehasport-Verordnung
Ab 13. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Beginn mit sportartspezifischem 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