

# Patienteninformation

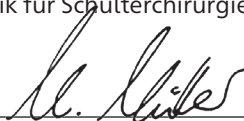
## Nachbehandlungsschema

### Nachbehandlung arthroskopische Schulterstabilisation (Labrumrefixation)/ Latarjet

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