

Nachbehandlungsschema

04/2021

Operative Rekonstruktion Rotatorenmanschette postero-superior (Supraspinatus, Infraspinatus)

Klinische Verlaufskontrolle nach 6 Wochen

1. Phase: 1. postoperativer Tag bis 6 Wochen postoperativ	Abduktionsorthese 30° (z.B. Ormed PSAll) für 6 Wochen Kühlen, ausreichend Analgetika, ggf. über Interskalenären-Katheter, Abduktionsorthese an, darf zum Duschen, Essen, Physiotherapie abgenommen werden Woche 1–2: 60° Flex, 30° ABD, 30° ARO, 45° IRO (vor d. Bauch) Woche 3–4: 90° Flex, 45° ABD, 30° ARO, 45° IRO (vor d. Bauch) Woche 4–6: 120° Flex, 60° ABD, ARO frei, 45° IRO (vor d. Bauch) CPM Schiene 3x tgl. Ellenbogen und Hand frei Außnahme LBS Tenodese: Woche 1–2: Keine aktive Mobilisation des Ellenbogens Woche 3–4: Aktiv assistierte Mobilisation des Ellenbogens Woche 4–6: Aktive Mobilisation des Ellenbogens ohne Gewichtsbelastung
2. Phase: 7. – 12. Woche postoperativ	Freie passive und zunehmende aktive Gelenkbeweglichkeit, Skapulastabilisierung Passive Mobilisation ohne Bewegungslimit Zunehmend aktive/assistiv-aktive Mobilisation im schmerzfreien Bereich Beginn mit Kräftigungsübungen der Scapulastabilisatoren und isometrischen Übungen für die Rotatorenmanschette ohne Gewichte oder lange Hebelarme
3. Phase: 4. – 6. Monat	Kräftigung der Muskulatur langsam steigernde Dehnung, unter Beachtung der Schmerzgrenze Zunehmende muskuläre Kräftigung der Rotatorenmanschette und scapulothorakalen Muskulatur zunehmend mit Gewichten und Hebelarm, später an Geräten. Keine Kontakt- oder Ballsportarten.
4. Phase: ab 6 Monate	Dehnung, Kräftigung der Muskulatur Funktionelles Training. Maximalbelastung. Rückkehr zu Wurf- oder Überkopfsport nach 6 Monaten

Für Rückfragen stehen wir jederzeit zur Verfügung. Eine Terminvereinbarung kann unter 0931-201-37501 erfolgen.

Prof. Dr. R. Meffert
Direktor der Klinik

Dr. med. J. Schmalzl

Klinik und Poliklinik für Unfall-, Hand-,
Plastische und Wiederherstellungschirurgie
Oberdürrbacher Str. 6 Haus A1/A2
97080 Würzburg

Tel.: (09 31) 2 01 37501
Fax: (09 31) 2 01 37509
www.ukw.de



Anstalt des Öffentlichen Rechts

Das Klinikum ist mit der Straßenbahn, Linie 1 und 5 (Grombühl), Haltestelle Pestalozzistr. (Uniklinikum A), und Shuttlebus zu erreichen.