

## Nachbehandlungsschema

10/2023

### Operative Rekonstruktion Rotatorenmanschette anterior (Subscapularis)

#### Klinische Verlaufskontrolle nach 6 Wochen

<b>1. Phase: 1. postoperativer Tag bis 6 Wochen postoperativ</b>	<b>Abduktionsorthese 15° (z.B. Medi SAS 15) für 6 Wochen</b> Kühlen, ausreichend Analgetika, ggf. über Interskalenären-Katheter, Abduktionsorthese an, darf zum Duschen, Essen, Physiotherapie abgenommen werden Woche 1–2: 60° Flex, 60° ABD, 0° ARO, IRO frei Woche 3–4: 80° Flex, 70° ABD, 10° ARO, IRO frei Woche 5–6: 90° Flex, 80° ABD, 20° ARO, IRO frei CPM Schiene 3x tgl. Ellenbogen und Hand frei <b>Außnahme</b> LBS Tenodesis: 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
<b>2. Phase: 7. – 12. Woche postoperativ</b>	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
<b>3. Phase: 4. – 6. Monat</b>	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.
<b>4. Phase: ab 6 Monate</b>	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

**PD 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.