

## Nachbehandlungsschema

10/2023

### Operative Rekonstruktion Rotatorenmanschette postero-superior (Supraspinatus, Infraspinatus)

#### Klinische Verlaufskontrolle nach 6 Wochen

<p><b>1. Phase:</b> <b>1. postoperativer Tag bis 6 Wochen postoperativ</b></p>	<p><b>Abduktionsorthese 30° 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, 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 <b>Außnahme</b> 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</p>
<p><b>2. Phase:</b> <b>7. – 12. Woche postoperativ</b></p>	<p>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</p>
<p><b>3. Phase:</b> <b>4. – 6. Monat</b></p>	<p>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.</p>
<p><b>4. Phase:</b> <b>ab 6 Monate</b></p>	<p>Dehnung, Kräftigung der Muskulatur Funktionelles Training. Maximalbelastung. Rückkehr zu Wurf- oder Überkopfsport nach 6 Monaten</p>

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](http://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.