

Nachbehandlungsvorschlag Rotatorenmanschettennaht

Ruhigstellung mit Gilchrist-Verband bis zur sechsten Woche . In dieser Zeit keine aktive Abduktion

Postoperative Physiotherapie:

Die ersten 6 Wochen nur passive Schulterbewegungen erlaubt!

1. + 2. postoperativer OP-Tag nach Redon ex:

- Resorptionsfördernde Maßnahmen und schmerzlindernde Maßnahmen: Lymphdrainagen usw.
- Lagerungskontrolle im Bett/Überprüfung der Orthesen (Gilchrist).
- Aktives Bewegen der Finger-, Hand- und Ellenbogengelenke.
- Mobilisation der HWS und BWS.
- Prophylaxe und kreislaufanregende Maßnahmen in Verbindung mit Aufstehen.
- Haltungsschulung.
- Nach Redon ex: Stellen der Motorschiene nur unter Aufsicht der KG.
- Passives Bewegen der Flex./Abd. unter leichtem Zug bis unterhalb der Schmerzgrenze.
- Bei Subscapularisnaht bis Schmerzgrenze oder max. bis 60 Grad.
- Scapulapattern.

1. + 2. Woche:

- Passives Bewegen der Flex./Abd. im Schultergelenk unter Schmerzfreiheit steigern.
- Allg. Mob. des Schultergürtels.
- Beginn der ARO, wenn keine Subscapularisnaht, IRO bis Bauch.
- Scapulafixation üben.

3. Woche:

- Ab der 3. Woche Bewegungsbad. Abd. und Flex. bis unterhalb der Schmerzgrenze, maximal 90 Grad ohne Wasserwiderstand. IRO und ARO siehe 1. + 2. Woche.

Ab 7. Woche:

- Beginn aktiv/assistives Üben der Flex./Abd. und IRO/ARO.

Ab 8. Woche:

- Erarbeiten freier Flexion, Abduktion, Innenrotation und Außenrotation.
- Dosierte Widerstände (bei M.-subscapularis-Naht kein Widerstand)
- Belastungen langsam steigern.

Ab 10. Woche:

- Ggf. Beginn mit **E**rweiterter **a**mbulanter **P**hysiotherapie
- Dosierte Widerstände steigern und volle Beweglichkeit.