

Orthopädie Nachbehandlungsschema:
arthroskopische oder offene subakromiale Dekompression
(Kalkentfernung ohne Sehnennaht, Acromionplastik, AC-
Gelenkresektion, Bursektomie, Bicepstenotomie)

stationär - 1.-12. Woche
Erlaubte Aktivität
<ul style="list-style-type: none"> • passive, aktive und resistive Bewegungen im Schultergelenk nach Schmerzgrenze ab sofort • Auto fahren ab ca. 2.Woche bei kompensierter Schmerzsituation und auf eigene Verantwortung erlaubt
Nicht erlaubte Aktivität
<ul style="list-style-type: none"> • Bei ACG-Resektion: keine Belastung für 6 Wochen >70° Abduktion
Lagerung
<ul style="list-style-type: none"> • Mitella: nach Komfort • nachts Kissen unter Ellenbogen zur ventralen Schulterentlastung nach Schmerzmassgabe
Therapie
<ul style="list-style-type: none"> • Hand- Ellbogenbewegungen aktiv • passive und aktive Mobilisation im Schultergelenk bis Schmerzgrenze • Humeruskopfzentrierungsübungen in allen Ebenen auch dynamisch • Belastungsaufbau nach Schmerzgrenze • Scapulasetting, Kräftigung der Scapulastabilisatoren, scapulothorakaler Rhythmus • Sport- und arbeitsspezifischer Kraftaufbau mit guter Stabilisation • verschiedene Weichteiltechniken, Narbenbehandlung, nach Bedarf Manuelle Lymphdrainage • Erarbeiten eines Heimprogramms • ab 5.Woche postoperativ bei gesicherten Wundverhältnissen Aquatherapie
Ziel
<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der vollen aktiven und passiven Beweglichkeit nach 6 Wochen • gut koordinierte Bewegungen mit guter Zentrierung des Humeruskopfes und gutem scapulothorakalem Rhythmus auch mit Belastung • gut geführte Bewegungen mit genügend Kraft für Alltag, Arbeit und Sport • Schmerzfreiheit

Abmachungen

Werden die Ziele der einzelnen Phase nicht erreicht, bitten wir Sie, frühzeitig mit dem Operateur Kontakt aufzunehmen.

Bei Rückfragen bitte mit dem Operateur in Verbindung setzen:

Orthopädie: schulter@spital-emmental.ch

Physiotherapie: 034 421 22 51 oder physiotherapie@spital-emmental.ch

Ansprechperson / Verantwortliche/r	Geltungsbereich
Susanne Neuenschwander / Kay-Uwe Hanusch, Leiter Physiotherapie	Spital Emmental

Erstellt von	LA Dr. med. Mathias Hoffmann, OA pract. med. Mario Mastrocola, Physiotherapie Susanne Neuenschwander
Freigegeben durch	LA Dr. med. Mathias Hoffmann
Freigegeben am	01.02.2012
Update am	21.03.2019