

Nachbehandlungsschema für Physiotherapeuten für operative Versorgung von Subscapularissehnenrupturen mittels Naht

Patientenname:

geb.:

OP-Diagnose:

Nachbehandlung:

1. und 2. postoperativer Tag:

Haltungsschule, HWS-/BWS-Mobilisation und Dehnung, funktionelle Weichteilbehandlung, Faszientechnik, aktive Mobilisation Ellenbogen und Hand. Beginnend mit passiver Mobilisation der Schulter auf 30° Abduktion und 30° Flexion. Isometrie, Cryo-Therapie, Lymphdrainage.

Ab 3. postoperativen Tag:

Flexion/Abduktion/Außenrotation limitiert auf 60-60-0° unter Schmerzfreiheit passiv assistiert. Der Patient denkt die Bewegung mit.

Schlingentisch, widerlagernde Mobilisation aus FBL, manuelle Therapie mit leichter Traktion, Gleitmobilisation in alle Richtungen Stufe I bei absoluter Schmerzfreiheit, IRO 80° passiv vor Oberkörperlängsachse.

Ab 3. Woche:

Flexion aktiv assistiert bis 90°, hubfrei, aus Seitlage oder im Schlingentisch ohne Schwerkräfteinwirkung.

ARO aktiv assistiert bis 30°, IRO weiter passiv bis 80° vor Oberkörperlängsachse, keinerlei Widerstände erlaubt. Adduktion bis 30° aktiv assistiert aus Abduktionsstellung heraus. Beginn mit Bewegungsbädern möglich bei 34° Wassertemperatur (selbständig durchführbar). Abduktion/Flexion bis 90°, Innenrotation vor der Oberkörperlängsachse frei. Außenrotation frei. Abduktion aktiv assistiert bis 60°, Scapulafixatoren beüben, Schultergürtelkontrolle erarbeiten.

Ab 4. Woche:

Dynamische Flexion aktiv bis 90°, hubfrei ohne Schwerkräfteinwirkung. ARO aktiv assistiert im schmerzfreien Bereich bis 30°, IRO vorsichtig aktiv-assistiv aus ARO-Stellung bis 80° vor der Oberkörperlängsachse, keinerlei Widerstand.

Adduktion aktiv assistiert aus Abduktionsstellung heraus bis 30° Adduktion erlaubt. Abduktion aktiv assistiert bis 60°, Scapulafixatoren beüben.

Ab 5. Woche:

Flexion darf über die 90° im schmerzfreien Bereich aktiv gesteigert werden. Abduktion/Außenrotation aktiv assistiert bis 90°/45°, IRO weiter vorsichtig aktiv assistiert bis 80°.

Ab 7. Woche:

Freigabe des vollen Bewegungsumfanges für Flexion, Abduktion und Außenrotation. Innenrotation mit vorsichtigem Führungswiderstand dosiert bis 8. Woche steigern.

Ab 8. Woche:

Belastung in allen Ebenen langsam zunehmend.

Ab 12. Woche:

Sportartspezifische Belastung dosiert steigern.

Dr. med. Wolfgang Gruber
MedCenter 360° Bayreuth