

NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Arthroskopische Schulterstabilisation / Labrumrefixation

Präoperativ	<ul style="list-style-type: none"> • Thrombose-Prophylaxe 3 Tage
Operationstag	<ul style="list-style-type: none"> • Die erste Mobilisation mit Hilfe des Pflegepersonals • Gilchrist-Verband
Ab 1. postoperativem Tag	<p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Aktiv-assistierte Bewegungsübungen</i> • <i>Passive Bewegungsübungen bis 90°</i> • <i>Aussenrotation bis 0°</i> • <i>Aktives Bewegen von Hand und Ellbogen</i>
Procedere nach Austritt	<ul style="list-style-type: none"> • Auto fahren nach 6 Wochen • Sportarten die Schulter nicht belasten nach 6 Wochen, alle Sportarten ausser solche mit wurfähnlichen Bewegungen nach 12 Wochen, alle Wurf sportarten nach 6 Monaten <p>Gilchrist:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 1. und 2. Woche Tag und Nacht • 3. und 4. Woche nur nachts <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Instruktion des Pulleymed (Seilzug)</i> • <i>Passive und aktive Bewegungsübungen 4 Wochen, Limite bis 90°</i> • <i>Flexion, Abduktion und Innenrotation nur bis zum Trochanter</i> • <i>Aussenrotation bis 0°</i> • <i>5. und 6. Woche Bewegungsumfang langsam steigern</i> • <i>Nach 6 Wochen Bewegungsumfang frei, Aussenrotation forcieren</i> • <i>Kraft- und Stützübungen nach 8 Wochen</i> • <i>Beginn mit sportspezifischen Koordinationsübungen</i>
Nachkontrollen	<ul style="list-style-type: none"> • Fadenentfernung ca. 14 Tage postoperativ • 4 Wochen postoperativ • 3 Monate postoperativ