

## 1.19-DOK1-21 Nachbehandlung offene AC Resektion

**Operation:** Es erfolgte Resektion des AC-Gelenkes durch Resektion des lateralen Claviculaendes. Operationstechnisch war die die Spaltung der Faszie zwischen M. deltoideus und M. trapezius mit anschließender Refixation nötig.

### 1.Phase (1.-3. Woche)

Therapieziel: Schmerzlinderung, Thromboseprophylaxe, Erhalt der Beweglichkeit unter Schutz der Naht

- Gilchrist-Verband oder Abduktionskissen
- aktive Bewegung bis 90° Abduktion, und 90° Anteversion, Rotation unterhalb Schulterhöhe frei
- Detonisierung Schulter-Nacken-Region (Haltungsschule HWS- und Schulterblattmobilisation)
- Training der Eigenwahrnehmung und Stabilisierung des Schulterblatts
- Humeruskopfzentrierung (isometrisch)
- passive Bewegung der Schulter unter Dehnung der unteren Kapsel
- Pendelübungen bei vorgeneigtem Oberkörper

### 2.Phase (ab 4. Woche)

Therapieziel: Verbesserung der Beweglichkeit, 2-3x wöchentlich Physiotherapie

- zunehmend aktiv
- zunehmende Bewegung bis zur Endstellung
- Physikalische Maßnahmen (Eis/Wärme), Schulen der inter- und intramuskulären Koordination (z.B. PNF), Nervenmobilisation (Butler), Verbesserung des Gelenkspiels (Kaudalgleiten des Humeruskopfes), Weichteiltechniken (manuelle Therapie), isometrische und dynamische Bewegungsübungen mit Geräten (z.B. Theraband), Wassergymnastik unter Berücksichtigung der Bewegungsgrenzen, Krafttraining Ellenbogengelenk (Oberkörperergometer).

erstellt von: Prof. Dr. Philip Kasten am: 27.12.2014	geprüft und freigegeben von: Dr. Jürgen Fritz am: 28.12.2014	Revisionsstatus: 1.0
---	---	----------------------