

1.19-DOK1-40 Nachbehandlung Subscapularis Refixation

Operation: Es erfolgte die Refixation der gerissenen Subscapularissehne mittels transossärer Refixation oder Nahtankern am Tub. minus. Die luxierte Bizepssehne wurde im Sulcus befestigt.

1.Phase (1.-2 Woche)

Therapieziel: Schmerzlinderung, Wundheilung, Erhalt der Beweglichkeit unter Schutz der Refixation der Subskapularissehne, Haltungsschule

- Abduktionskissen für 4-5 Wochen tags und nachts (günstige Stellung zur Vermeidung einer Steife und bessere Durchblutungs- und Spannungsverhältnisse zur Heilung der Sehnen)
- Detonisierung Schulter-Nacken-Region (Haltungsschule HWS- und Schulterblattmobilisation und Stabilisierung/ Eigenwahrnehmungstraining)
- Aktives Beüben: Finger, Hand, Ellenbogen mehrfach täglich selbständig
- physikalische Maßnahmen (Eis, Wärme nur Nacken)
- Humeruskopfzentrierung (isometrisch)
- keine Innenrotation gegen Widerstand (Subskapularisnaht)
- nur die passive Anteflexion in Innenrotation zur Körperpflege ist gestattet
- Im Ellenbogengelenk keine aktive Flexion und keine passive vollständige Extension (<30°) (Schutz der befestigten Bicepssehne)

2.Phase (3.-5. Woche)

Therapieziel: Verbesserung der Beweglichkeit unter Schutz der refixierten Sehne, 2-3x wöchentlich Physiotherapie

- aktiv-assistiv beginnend, zunehmend aktiv
 - Abduktion - 90 ° in Innenrotation!
 - Außenrotation - bis 0-Stellung
 - Innenrotation - 90 ° (kein Schürzengriff)
 - Adduktion - sofort möglich

3.Phase (6.-11. Woche)

- Außenrotation - zunehmend
- Anteversion - über 90° in Innenrotation !
- Abduktion - über 90° in Innenrotation !

4.Phase (ab 12. Woche)

Therapieziel: Krafttraining, Humeruskopfzentrierung

- zunehmende Bewegung bis zur Endstellung
- Die Ausübung der Wurfarmposition im Sinne einer kombinierten Abduktions-Außenrotationsbewegung ist erst jetzt gestattet, da eine ausreichende Narbenbildung erst nach 3 Monaten zu erwarten ist

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