

1. - 5. Woche¹

Lagerung des Armes auf
Thorax Abduktions-schiene

Ellenbogen freie Extension

passiv:
- heiße Rolle
- bei Bedarf Lymphdrainage
- Kryocuff
- CPM⁴ 90° AB
40° AR
90° AV

Cave: keine IR! + Retro! ⁵

aktiv:

- Haltungsschulung
- allgemeine Konditionierung z. B. Ergometer
- Schwellstrom (SS) f. M. deltoideus u. M. latissimus dorsi

6. - 7. Woche²

Lagerung d. Armes auf
Abduktionskissen
Tag und Nacht

passiv:
- CPM 90° AV
90° AB
40° AR
20° IR
- Manuelle Therapie f. WS
- myofasciale release
Technik f. M. latissimus dorsi

aktiv/assistiv:

- KG bis 90° AV
90° AB
40° AR
- !keine IR!**
- Koaktivierung, z. B. Brunkow
- Therapiebad
- SS f. M. deltoideus u. M. latissimus dorsi
- Ergotherapie

8. - 12. Woche³

Lagerung d. Armes entfällt

aktiv:
- KG bis 150° AV
100° AB, 60° AR
allmählich > 20° IR
Retro allmählich steigern

aktiv:

- Therapiebad
- SS f. M. deltoideus u. M. latissimus dorsi

¹ Entlassung nach dem FZ

² Wiederaufnahme

³ AHB

⁴ Auch als Hausbehandlung, Voraussetzung: eingewiesene 2. Person!

⁵ Cave: Kein Ellenbogenstütz in Rücklage