

## Nachbehandlungsrichtlinien nach Operationen bei Rotatorenmanschettenruptur

### 1. - 3. Woche

#### Lagerung des Armes:

1. Tag Gilchrist, dann Abduktionskissen, ggf. nachts weiter Gilchrist

#### passiv:

- keine AD, RV
- AV + AB 90°
- AR 45°
- CPM\*

#### aktiv:

- Haltungsschulung z. B. kurzer Fuß
- allgemeine Konditionierung z. B. Ergometer

aktiv/assistiv ab 2. Wo.:

- AV + AB 90°
- AR 40°
- Koaktivierung z. B. Brunkow
- Therapiebad

### 4. - 6. Woche

#### Lagerung des Armes:

Abduktionkissen nur noch bei Bedarf

#### passiv:

- wie 1.- 3. Woche

#### aktiv:

- wie erste bis dritte Woche
- Propriomed, B.O.I.N.G.

### ab 7. Woche

#### Lagerung des Armes:

keine

#### aktiv:

- allmähliche Steigerung bis zum vollem Bewegungsausmaß
- **keine isolierte AV, AB, IR, RV gegen Widerstand** (erst ab 12. Woche)

#### aktiv:

MTT besonders für Schulterblattfixatoren

- nach einer Woche Entlassung
- nach dritter Woche AHB
- ergänzende Therapien: Heiße Rolle, Kryotherapie, Massage, bei Bedarf Lymphdrainage
- \* auch als Hausbehandlung Voraussetzung: eingewiesene 2. Person!