| MARIEN STIFT ARNSTADT | Geltungsbereich: | **Nachbehandlungsrichtlinen nach Operationen bei Schulterluxation** |
|---|---|---|
| | **Orthopädische Klinik** | |

## 1. - 3. Woche

**Lagerung des Armes:**

3 Wo. Gilchrist Tag u. Nacht, Abnahme zur Beübung durch 2. Person

**passiv:**

- 40° AB + AV in IR
- CPM* möglich

**aktiv/assitiv:**

- Haltungsschulung z. B. kurzer Fuß
- allgemeine Konditionierung z. B. Ergometer
- Isometrie
- Koaktivierung Brunkow in Streckstellung
- KG über kontralatarale Seite

## 4. - 6. Woche

**Lagerung des Armes:**

keine

**passiv:**

- AB u. AV bis 90°
- AR bis 20°

**aktiv:**

- noch keine isolierte IR gegen Widerstand
- AB u. AV bis 90°, Überwindung der Eigenschwere möglich
- PNF
- Prpriomed, B.O.I.N.G., Spinball
- Posturomed
- Zugapp., z. B. Helparm

## ab 7. Woche

**Lagerung des Armes:**

keine

**aktiv:**

AR bis 45° Steigerung bis zum 6. Monat auf volles Bewegungsausmaß

**aktiv:**

MTT, Training der Schulterblattfixatoren und -rotatoren

- nach einer Woche Entlassung
- nach 4. Woche EAP bzw. ambulante Physiotherapie
- ergänzende Therapien: Heiße Rolle, Kryotherapie, Massage, bei Bedarf Lymphdrainage
- * auch als Hausbehandlung, Voraussetzung: eingewiesene 2. Person!