

# Nachbehandlungsplan – Humerus distal/supra-transcondylär (Oberarmbruch ellbogengelenksnah) winkelstabile Doppel-Plattenosteosynthese

## Präoperativ:

Anlage einer dorsalen  
Oberarmgipsschiene  
(90° Flexionsstellung)  
Ausnahme, sofortige OP-Indikation,  
dann Kramer- /Thermoschiene

## **1. und 2. postoperativer Tag**

Ruhigstellung in dorsaler OA-Gipsschiene  
(90° Flexion)  
Hochlagerung mit Kissen  
Schmerztherapie  
Thromboseprophylaxe  
Entfernung der Redondrainage am  
2. postoperativen Tag  
Röntgenkontrolle Ellbogengelenk  
mit Oberarm in 2 Ebenen nach  
Redonentfernung

### Physiotherapie:

Isometrische Spannungsübungen  
Finger-/Handgelenkbeweglichkeit  
(Faustschluss)

## **1. und 2. postoperative Woche**

Ruhigstellung in dorsaler OA-Gipsschiene  
(90° Flexion)  
Entfernung der Hautfäden am  
12. – 14. postoperativen Tag

### Physiotherapie:

Abnahme der Gipsschiene zur  
Physiotherapie  
Beginn mit passiven und aktiv geführten  
Bewegungen (Ex/Flex und Pro/Sup) bis  
zur Schmerzgrenze  
Lymphdrainage b.B.

## **Ab der 4. postoperativen Woche**

Abnahme der OA-Gipsschiene

### Physiotherapie:

Aktive Beübung (Ex/Flex und Pro/Sup) bis  
zur Schmerzgrenze  
Weiterhin keine aktive Belastung  
Muskelaufbau und Koordinationstraining

## **Ab der 7. postoperativen Woche**

Beginn mit aktiver Belastung  
Weiter intensive Physiotherapie: Ziel  
Verbesserung der Beweglichkeit,  
Steigerung der Kraft