

Nachbehandlungsplan - Humerus proximal (schultergelenksnaher Oberarmbruch)

winkelstabile Plattenosteosynthese (Philos, Fa. Synthes)

Präoperativ:

Anlage eines Arm-Immobilizer

1. und 2. postoperativer TAG

Ruhigstellung mittels Immobilizer
Schmerztherapie
Thromboseprophylaxe
Entfernung der Redondrainage am
1.-2. postoperativen Tag
Röntgenkontrolle Schultergelenk
mit Oberarm in 2 Ebenen nach
Redonentfernung

Physiotherapie:

Isometrische Spannungsübungen
Ellbogen- Unterarm und Finger-
/Handgelenksbeweglichkeit

1. und 2. postoperative WOCHE

Ruhigstellung mittels Immobilizer
Entfernung der Hautfäden am 12. – 14.
postoperativer Tag

Physiotherapie:

Abnahme des Immobilizer zur
Physiotherapie
Beginn mit passiven und aktiv geführten
Bewegungen (Abduktion bis 90°) bis zur
Schmerzgrenze (auf
Ausweichbewegungen achten)
keine forcierte Rotation für 6 Wochen
keine aktive Belastung
Lymphdrainage

Ab der 3. postoperativen Woche

Abnahme des Immobilizer

Physiotherapie:

Steigerung der Bewegungsausmaße für
Abduktion, Innen-/Außenrotation
Keine forcierte Rotation für 6 Wochen
Stabilitäts-, Zentrierungsübungen

Ab der 7. postoperativen Woche:

Beginn mit aktiver Belastung
Steigerung der Bewegungsausmaße

Eigenes Üben

Weiter intensive Physiotherapie: Ziel
Verbesserung der Beweglichkeit,
Steigerung der Kraft