

## NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

### Arthroskopische Schulterstabilisation

<b>Präoperativ</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Thrombose-Prophylaxe 3 Tage</li> <li>• Thrombozyten-Kontrolle: Keine</li> </ul>
<b>Operationstag</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erste Mobilisation mit Hilfe der Pflegenden</li> <li>• Gilchrist-Verband</li> </ul>
<b>Ab 1. postoperativem Tag</b>	<p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Passive Bewegungsübungen bis 90°</i></li> <li>• <i>Aussenrotation bis 0°</i></li> <li>• <i>Aktives Bewegen von Hand und Ellbogen</i></li> </ul>
<b>Procedere nach Austritt</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Auto fahren ab 6. Woche</li> <li>• Die Schulter nicht belastende Sportarten nach 6 Wochen, alle Sportarten ausser Sportarten mit wurfähnlichen Bewegungen nach 12 Wochen, wurfsportarten nach 6 Monaten</li> </ul> <p>Gilchrist:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• 1. und 2. Woche Tag und Nacht</li> <li>• 3. und 4. Woche nur nachts</li> </ul> <p><i>Physiotherapie:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• <i>Instruktion Pulleymed (Seilzug)</i></li> <li>• <i>Passive und aktive Bewegungsübungen 4 Wochen, Limite bis 90°</i></li> <li>• <i>Flexion, Abduktion und Innenrotation nur bis Trochanter</i></li> <li>• <i>Aussenrotation bis 0°</i></li> <li>• <i>5. und 6. Woche Bewegungsumfang langsam steigern</i></li> <li>• <i>Nach 6 Wochen Bewegungsumfang frei</i></li> <li>• <i>Kraft- und Stützübungen nach 8 Wochen</i></li> <li>• <i>Beginn mit sportspezifischen Koordinationsübungen</i></li> </ul>
<b>Nachkontrollen</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ca. 12. postoperativer Tag Fadenentfernung und Röntgenkontrolle in Sprechstunde (Schulter ap und Neer)</li> <li>• 6 Wochen postoperativ</li> <li>• 12 Wochen postoperativ mit Röntgenkontrolle (Schulter ap und Neer)</li> </ul>