

Nachbehandlungsschema Proximale Humerusfraktur (operativ) Kodierung

Mitgeltendes Dokument

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Proximale Humerusfraktur (operativ)

Zeit post OP	Mobilisierung	Belastung/ROM	Bewegungsübungen	Physikalische Therapie	Trainingstherapie
1.-2. Woche post operativ	Ruhigstellung Schulterbandage, Pendelübungen erlaubt aus der Schulterbandage heraus	Keine Belastung für 6 Wochen	Bewegungsübungen für die angrenzenden Gelenke, Cave: auf Ellenbogenextension achten Haltungsschulung	Ödemprophylaxe/-therapie, z. B. manuelle Lymphdrainage/Hochlagerung ggf. Kryotherapie	Isometrie
2.-6. Woche post operativ	Mobilisierung der Schulter im schmerzfreien Intervall	4 Wochen Elevation/Abduktion max. 90°, keine Rotation >20° Außenrotation	Aktiv assistive und zunehmend aktive Bewegungsübungen für das Schultergelenk (kurzer Hebel), üben von Gebrauchsbewegungen, Skapulamobilisation	manuelle Lymphdrainage, ggf. Kryotherapie	Isometrie, üben von Gebrauchsbewegungen, Kräftigung der gesamten Schultergürtelmuskulatur ohne Widerstand, Haltungsschulung
ab der 7. Woche post operativ	Beschwerdeadaptiert freies Bewegungsausmaß	zunehmende Belastung erlaubt	Zunehmend aktive Bewegungsübungen	ggf. manuelle Lymphdrainage	Übungen gegen Widerstand erlaubt

Bei Terminwunsch zur Patientenvorstellung Tel.: 05151-97-2221 (Sekretariat Prof. Dr. Stefan Hankemeier)