

Nachbehandlungsschema Proximale Humerusfraktur (konservativ) Kodierung

Mitgeltendes Dokument

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Proximale Humerusfraktur (konservativ)

Zeit post OP	Mobilisierung	Belastung/ROM	Bewegungsübungen	Physikalische Therapie	Trainingstherapie
1 Woche nach Fraktur	Ruhigstellung	Gilchrist, keine Belastung (Stützen, Heben Tragen)	Bewegungsübungen für die angrenzenden Gelenke, Cave: auf Ellenbogenextension achten	Ödemprophylaxe/-therapie, z. B. manuelle Lymphdrainage/Hochlagerung, ggf. Kryotherapie	Isometrie, Spannungsübungen
Ab der 2. Woche nach Fraktur	Pendelbewegungen mit vorgeneigtem Oberkörper	Gilchrist nur noch zur Nacht, keine Belastung (Stützen, Heben Tragen)	Scapulamobilisation, Haltungsschule, Anleitung der Pendelübung	manuelle Lymphdrainage, ggf. Kryotherapie	Isometrie (Spannungsübungen), Extensionsmobilisation für den Ellenbogen
ab der 3. Woche nach Fraktur	Bewegungen im schmerzfreen Intervall (frühfunktionell).	keine Belastung (Stützen, Heben Tragen) Bis 90° Abduktion und Flexion, schmerzadaptiert	passive und zunehmend aktive- assistierte Bewegungsübungen im Schultergelenk	ggf. manuelle Lymphdrainage	Übungen von Gebrauchsbewegungen, Intensivierung der Muskelkräftigung Sturzprävention (ab 4. Woche)
ab der 7. Woche nach Fraktur		zunehmende Belastung erlaubt	aktive Bewegungsübungen und Üben gegen Widerstand erlaubt		Übungen von Gebrauchsbewegungen, Intensivierung der Muskelkräftigung Bewegungsbad, Koordinationstraining, Gerätetraining

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