

**Nachbehandlungsschema
Rotatorenmanschettenruptur (operativ)
HUC-75-AH-17**

Mitgeltendes Dokument

Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Rotatorenmanschettenruptur Supraspinatussehne (operativ)

Zeit post OP	Mobilisierung	Belastung/ROM	Bewegungsübungen	Physikalische Therapie	Trainingstherapie
OP-Tag	Thoraxabduktions- Kissen (15°), Lösen zur Körperpflege, zum Verbandswechsel und zur Krankengymnastik	bis 90° Abduktion und Flexion, aus dem Verband, keine Retroversion (passiv)	passive Bewegungsübungen, Pendeln, Bewegungsübungen für angrenzende Gelenke	Eisanwendungen, ggf. Kryotherapie, orale Antiphlogistika (wenn keine Kontraindikationen), Lymphdrainage	Isometrie (muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes), Deltoideusspannung
1. Tag	Thoraxabduktions- Kissen (15°), Verband Tag und Nacht	bis 90° Abduktion und Flexion, aus dem Verband, keine Retroversion (passiv)	passive Bewegungsübungen ohne Erreichen der Schmerzgrenze passiv, Haltungsschulung, Scapulakontrolle;	Eisanwendungen, Antiphlogistika	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes, vorsichtige Gelenktraktion, Anleitung zur Eigendehnung
2.Tag – 3. Woche	Thoraxabduktions-Kissen (15°), Verband Tag und Nacht	bis 90° Abduktion und Flexion, aus dem Verband (passiv), keine Retroversion, freie Rotation, auf Extension im Ellenbogen achten	passive Bewegungsübungen ohne Erreichen der Schmerzgrenze passiv	Kältetherapie, evtl. Elektrotherapie, Lymphdrainage des Armes	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes und manuelle Therapie, Scapulamobilisation
4. – 6. Woche postoperativ	ggf's Thoraxabduktions-Kissen (15°),	bis 90° Abduktion und Flexion (passiv), auf Extension im Ellenbogen achten!		Kryotherapie, evtl. Elektrotherapie, Behandlung schmerzhafter Sehnenansätze	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes, vorsichtige Gelenktraktion, Anleitung zur Eigendehnung, Training Depressoren
7. -9. Woche postoperativ	keine	schrittweises Erweitern des Bewegungsumfangs	Beginn aktiver Bewegungsübungen	nach Bedarf	PNF alle Muskelgruppen, Aufarbeiten muskulärer Dysbalancen, 3-D-Bewegungsmuster, propriozeptives Training, Eigendehnung, Eigenmobilisation

Bei Subscapularissehnenrekonstruktion keine Außenrotation für 6 Wochen, bei Infraspinatussehnenrekonstruktion Innenrotation bis max. 45° für 6 Wochen