Behandlungsschema I bewegungsstabile Radiusfraktur

Behandlungsschema nach bewegungsstabil versorgten, kognitiv nicht eingeschränkten Patienten
6 Wochen kein Heben, Tragen oder Ziehen von Lasten, keine Stützaktivität

<u>Entzündungsphase/ Aufbauphase</u>

OP-Tag/ 1.post OP Tag bis 4. Woche

- Entstauungstherapie (Hochlagerung, Anregen der Muskelpumpe, medizinische Lympfdrainage, Kompression, Lymphtaping)
- Physikalische Therapie zur Schmerzreduktion (Kühlung)
- Erhalt der Beweglichkeit der umliegenden Gelenke
- Schmerzadaptiertes Bewegen in allen Ebenen
- Bewegungstherapie zur Funktionsschulung
- Anleitung zu Eigenübungen
- ADL (Activities of daily living)-Schulung

5. und 6. Woche

- Mobilisationstechniken kontraktiler und nicht kontraktiler Strukturen
- Muskelaufbau
- Bewegungstherapie zur Funktionsschulung
- Schulung von Aktivitäten aus Freizeit und Beruf

7. Woche

- Freie Beweglichkeit mit Belastungsaufbau

13. Woche

- Intensivierung vom Muskelaufbau in geschlossener Kette bis zur Stützfunktion mit vollem Körpergewicht
- Der behandelnde Arzt erklärt die Sportfähigkeit des Patienten