

Nachbehandlungsplan operative Stabilisierung einer akuten Schulterreckgelenksprengung

Patient: _____ OP – Datum: _____

- Der Patient muss für die Dauer von sechs Wochen nach dem Eingriff einen Gilchristverband tragen.

Zeitraum	Bewegungsumfang
1.-2. Woche	Passive Bewegung, 30° Anteversion und Abduktion
3.-4. Woche	Aktiv assistierte Bewegung bis 45°
5.-6. Woche	Aktiv assistierte Bewegung bis 60°
Ab 7. Woche	Vollständige Freigabe um schmerzfreien Rahmen mit passiven und aktiv unterstützenden Bewegungsübungen
Ab 12. Woche	Aktive Bewegungsübungen, vorsichtiger Kraftaufbau der Schulter. Die Wiederaufnahme von Kontaktsportarten ist nach 6 Monaten möglich.