

Klinik für Unfallchirurgie,
Orthopädie und Plastische Chirurgie

Nachbehandlung nach Refixation der Rotatorenmanschette

1. bis 4. Woche:

- Ruhigstellung im Schulterabduktionskissen Tag und Nacht. Abnahme nur bei Körperpflege, Motorschienenbehandlung und Krankengymnastik
- Motorschienenbehandlung aus Schulterabduktionskissen heraus bis 80° Abduktion und Anteversion.
- Passive Krankengymnastik bis 80° Abduktion und Anteversion. Keine Retroversion. Innenrotation bis 30°
- Außenrotation bis 0°

5. bis 6. Woche:

- Ruhigstellung im Schulterabduktionskissen Tag und Nacht. Abnahme nur bei Körperpflege, Motorschienenbehandlung und Krankengymnastik
- Motorschienenbehandlung aus Schulterabduktionskissen heraus bis 90° Abduktion und Anteversion. Innenrotation bis 60°
- Vorsichtiger Beginn aktiv-assistierter Krankengymnastik

7. bis 12. Woche:

- Aktive Mobilisation in gesamten Bewegungsausmaß. Fokus auf Verbesserung der Beweglichkeit. Außenrotation freigegeben
- Schrittweiser Kraftaufbau
- Training Schultergürtelmuskulatur

Nach 12 Wochen:

- Kraftaufbau
- Sportartspezifisches Training

Nach 6 Monaten:

- Kontaktsportarten/Maximalbelastungen in Absprache mit dem Operateur