

Physiotherapeutische Nachbehandlung

Rotatorenmanschettenrekonstruktion klein

Zeit	Limiten	Ziel	Mögl. Massnahmen
bis 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • aktiv-assistive Mobilisation nach Massgabe der Beschwerden • AR und IR bei Subscapularisreinsertion gemäss Verordnung Operateur • Ab 4.-5. Woche Stützaktivitäten (nicht mit vollem Körpergewicht) erlaubt • Lagerung auf Orthese gemäss Verordnung Operateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung der passiven und aktiv-assistiven ROM in alle erlaubten Richtungen • Verbesserung der skapulothorakalen Beweglichkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Passive und aktiv-assistive Mobilisation glenohumeral in alle erlaubten Richtungen • Passive und aktive Mobilisation skapulothorakal • „Preparators“ nach den 5P's nach Jobe • Beginn Stützaktivitäten • Pendelzug
7.-12. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • aktive Mobilisation erlaubt 	<ul style="list-style-type: none"> • Verbesserung des skapulothorakalen Rhythmus • Steigerung der aktiven ROM optimalerweise EOR in alle Richtungen • Passive Beweglichkeit EOR seitenglich erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Beginn aktive Mobilisation • Beginn Krafttraining nach den 5P's nach Jobe
ab 12. Woche		<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der festgelegten Ziele des Patienten (ADL, Arbeit, Hobby) • Aktive Beweglichkeit EOR seitengleich erarbeiten 	<ul style="list-style-type: none"> • Weiterführen Krafttraining nach den 5P's nach Jobe • Start mit sportmotorischen Grundeigenschaften bei guter Kraft und Stabilität (Wurf-ABC)
ab 4-6 Monate	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederaufnahme von spezifischen Sportarten (Kontakt-/Überkopf-) in Absprache mit dem Operateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen von seitengleichen Kraftverhältnissen 	<ul style="list-style-type: none"> • Erarbeiten von sportartspezifischen Eigenschaften

Stand: April 2018