Priv.-Doz. Dr. med. Andre Weimann
Dr. med. Thomas Kleinen

orthopädisch
chirurgische Praxis
Münster

Nachbehandlungsplan nach Schulterstabilisierung mittels Latarjet-OP

1. Phase: 1. – 3. postop. Woche

- ✓ 3 Wochen Ruhigstellung im Gilchristverband Tag und Nacht
- ✓ keine Ellenbogenflexion gegen Wiederstand, ROM Ellenbogen- und Handgelenk frei
- ✓ Schulter: passive Abduktion/Anteversion bis 90°, passive ARO/IRO 30-0-80°
- ✓ begleitende passive Mobilisation in der CPM-Schiene

2. Phase: 04. – 6. postop. Woche

- ✓ ab der 4. Woche Gilchrist nur noch zur Nacht
- ✓ ROM passiv frei
- ✓ zentrierende Übungen für das Glenohumeralgelenk
- ✓ Beginn mit Kräftigungsübungen der Scapulastabilisatoren

Zwischenzeitl. Wiedervorstellung in der Schultersprechstunde zur Verlaufskontrolle 6 Wochen postoperativ

3. Phase: ab 6. Woche

- ✓ Erarbeiten der aktiv freien ROM
- ✓ zunehmende muskuläre Kräftigung der Rotatorenmanschette und scapulothorakalen Muskulatur
- ✓ dynamische Bewegungsübungen zur Verbesserung der Koordination

4. Phase: ab 12. Woche

- ✓ Rückkehr zu beruflichen Aktivitäten mit höherer Schulterbelastung
- ✓ Beginn Sportspezifisches Training

Keine Gewichtsbelastung/schwere körperliche Arbeit bis 12 Wochen postoperativ!

Wir wünschen Ihnen eine gute und schnelle Genesung!

Fachärzte für Orthopädie
und Unfallchirurgie,
Handchirurgie,
spezielle Unfallchirurgie,
Chirurgie,
Notfallmedizin,
ambulante Operationen
Chirotherapie,
Akupunktur,
Sportmedizin

Durchgangsärzte / Arbeitsunfälle

Schaumburgstr. 1
48145 Münster
Tel.: 0251 43456
Fax: 0251 40126
info@ocp-münster.de