



Behandlungsprogramm nach Schulteroperationen

Latissimus-dorsi-Transfer

- Tag 0-2
- Ruhigstellung im Schulterabduktionskissen 45°, z. B. Medi SAS 45
 - NSAR
 - Kühlung
 - Redondrainage in der Heberloge mindestens 3 Tage belassen
- Tag 3-14
- Beginn mit CPM-Behandlung
 - Rezeptur CPM-Schiene für zu Hause
 - Schulterabduktionskissen 45° für insgesamt 6 Wochen
 - Passive Elevationsübungen aus der Schiene und isometrische Kontraktionsübungen des M. deltoideus bis 45° Außenrotation des Armes
 - Vorsichtige isometrisch-zentrierende Übungen
 - Freihalten der thorako-scapulären Gleitebene, Haltungsschulung
 - Lymphdrainage
 - Fortführung der CPM-Behandlung
- Woche 3-6
- Schulter-Abduktionskissen 45°
 - Passive/assistive Beübung bis 90° Abd/Elev
 - **Keine aktive Außenrotation**
 - Submaximal isometrisch-zentrierende Übungen
 - Training der Scapula- und BWS-Muskulatur im offenen System
 - Elektrotherapie (Schmerztherapie, Ödemreduktion)
 - Wärmeanwendungen
 - Ggf. manuelle Therapie ACG, SCG
 - Fortführung der CPM-Behandlung
- Woche 7-12
- Progressive aktive Außenrotation/Abduktion sowie passive Innenrotationsübungen ab der 7. Woche
 - Abnahme des Schulterabduktionskissens
 - Beginn der ambulanten Rehabilitationsmaßnahme in der 7. bzw. 8. Woche
 - **Noch kein Muskelaufbautraining!**
 - Fortführung der CPM-Behandlung bis zur 8. Woche
- Ab 12. Woche
- Muskelaufbautraining

Prof. Dr. Peter Strohm
Chefarzt

Prof. Dr. Volker Schöffl
Leiter der Sektion
Sportorthopädie, Sporttraumatologie,
Sportmedizin, Chirurgie der oberen Extremität