

Nachbehandlungsschema Latarjet

ZEIT	FIXATION	BEWEGUNGSUMFANG	KRANKENGYMNASTIK	TRAININGSTHERAPIE	PHYSIKALISCHE THERAPIE
OP-TAG	medi SAS® 15 Schulterabduktionslagerungskissen, Lösen zur Körperpflege, zum Verbandswechsel und zur Krankengymnastik	Rotation bis Neutralstellung	in Neutralposition der Schulter aktives Beüben Ellenbogen und Hand	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes, Deltoideusanspannung	Eisanwendungen, Schmerzmedikation (Antiphlogistika)
1. TAG	medi SAS® 15 Schulterabduktionslagerungskissen, Lösen zur Körperpflege, zum Verbandswechsel und zur Krankengymnastik	bis 60° Abduktion, Rotation bis Neutralstellung	assistierte Bewegungen	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes	Eisanwendungen, Schmerzmedikation (Antiphlogistika)
2.TAG BIS 3. WOCHE	medi SAS® 15 Schulterabduktionslagerungskissen, Lösen zur Körperpflege, zum Verbandswechsel und zur Krankengymnastik	90° Abduktion und Flexion, Außenrotation bis zu 30°	aktive assistierte Bewegungen	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes	Eisanwendungen, Schmerztherapie (Antiphlogistika), manuelle Lymphdrainage
4. - 6. WOCHE	keine	freie Beweglichkeit ohne Erreichen der Schmerzgrenze	aktive Bewegungen	Isometrie, muskuläre Zentrierung des Humeruskopfes, Anleitung zur Eigendehnung, PNF, Training Depressoren	manuelle Lymphdrainage
7. -9. WOCHE	keine	frei	aktive Bewegungen	PNF alle Muskelgruppen, Aufarbeiten muskulärer Dysbalancen, propriozeptives Training, Eigendehnung, Eigenmobilisierung	nach Bedarf

Schmerztherapie nach WHO Stufenschema und Bedarf unter PPI