



# NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Bei  
distaler Bizepssehnenruptur

durchgeführte

Reinsertion der distalen Bizepssehne

## Ruhigstellung:

Dorsale Oberarm-Castschiene mit in 90° Ellengelenks-Beugung und Supination des Handgelenkes unter Freilassen der Finger für 2 Wochen. Anschließend Schulterschlingenverband (z.B. Bledsoe®-Shoulder-Immobilizer) für 4 Wochen.

## Physikalische Therapie:

Sofortige aktive und passive Bewegungsübungen der Finger sowie passive Bewegungsübungen des Ellenbogengelenkes aus der Schiene heraus sowie nach 2 Wochen Bewegungsübungen des Handgelenkes.

## Bewegungsausmaße Ellenbogengelenk:

postoperative Woche	Ext. - Flex.	Sup. - Pro.
1.-2.	passiv 0-60-140°	passiv 90-0-0°
3.-4.	passiv 0-40-140°	passiv 90-0-45°
5.-6.	passiv 0-20-140°	passiv 90-0-90°
ab 6.	aktiv frei	aktiv frei

Bis 7. Woche Beachtung der Schmerzgrenze ohne Beanspruchung der Bizepssehne gegen Widerstand wie z.B. aktive Ellenbogenflexion und aktive -supination

Bis 9. Woche Beachtung der Schmerzgrenze und Vermeidung von Tragen schwerer Gegenstände (2kg)!

Ab 9. Woche ist in der Regel Autofahren möglich

Ab 9. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit geringer Handbelastung

Ab 13. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit höherer Handbelastung

## Sportliche Aktivitäten:

Nach 8. Woche: Freizeitschwimmen

Das o.g. Schema ist als Standard zu sehen, von dem im Einzelfall abgewichen werden kann.

Nach 12 Wochen: Sport mit stärkerer Belastung des Armes

Bitte regelmäßige Wundkontrollen und Entfernung des eventuell einliegenden Drainagematerial innerhalb von 2 Tagen und des Hautnahtmaterials am 7.-12. postoperativen Tag, ab dem Folgetag ist ein pflasterfreies Duschen möglich.

Bei Komplikationen oder Auftreten von zunehmender Rötung, Schwellung oder Überwärmung sofortige Wiedervorstellung in der Sprechstunde Ihres Operateurs.

Das o.g. Schema ist als Standard zu sehen, von dem im Einzelfall abgewichen werden kann.