



# Schulterzentrum



**Chirurgisch -  
Orthopädische  
Gemeinschaftspraxis  
in der Praxisklinik Travemünde**

**Durchgangsarztpraxis**

**Partnerschaftsgesellschaft**

**Am Dreilingsberg 7  
23570 Lübeck – Travemünde**

Dr. med. Gassan Abdel Kader  
Dr. med. Laif Casper  
Dr. med. Rafael Kunze  
Torben Hass (Ang. Arzt)  
Dr. med. Oskar Theuer (Ang. Arzt)  
Dr. med. Evelyn Kiehne (Ang. Ärztin)

Telefon 04502 – 30 7 30  
Fax 04502 – 30 7 315  
E-Mail kontakt@chirurgen-travemuende.de  
Internet www.chirurgen-travemuende.de  
Stand 20.10.2019

## NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

ventraler Labrumläsion  
„Bankart-Läsion“ durch Schultergelenksluxation

arthroskopisches ventrales Labrum-repair  
Refixation der vorderen Gelenkklippe

### **Ruhigstellung:**

Schulterschlingenverband mit Abduktionskissen (z.B. Sling-shot®-2 mit Abduktionskissen) für 3 Wochen Tag und Nacht. Anschließend ohne Abduktionskissen für weitere 3 Wochen.

### **Physikalische Therapie:**

Lymphdrainage und isometrische Anspannungsübungen für 3 Wochen.

### **Bewegungsausmaße:**

postoperative Woche	Abd. - Add.	Ext. - Flex. (RV - AV)	ARO - IRO
1.-3.	passiv 60°-30°-0°	passiv 0°-0°-45°	passiv 0°-0°-80°
4.-6.	passiv 90°-0°-0°	passiv 0°-0°-90°	passiv 30°-0°-80°
Ab 7.	assistiert frei	assistiert frei	assistiert frei

Bis 7. Woche Beachtung der Schmerzgrenze

Ab 7. Woche ist in der Regel Autofahren möglich

Ab 7. Woche zunehmende Steigerung der Bewegungsumfänge und nach Erreichen einer freien Beweglichkeit Kräftigung der zentrierenden Rotatoren, des Muskulus deltoideus und der Skapula-Stabilisatoren. Auf eine gute Einübung von Skapula Pattern muss geachtet werden

### **Sportliche Aktivitäten:**

Nach 8 Wochen: Joggen, Ergometer

Nach 12. Woche: Fahrradfahren

Nach 6 Monaten: Rasant-, Kontakt- oder Überkopfsportarten

Bitte regelmäßige Wundkontrollen und Entfernung des Hautnahtmaterials am 7.-12. postoperativen Tag, ab dem Folgetag ist ein pflasterfreies Duschen möglich.

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

Sprechstunden: Montag bis Freitag 9:00 - 11:30 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr  
Unfälle durchgehend 8:00 - 18:00

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.

Sprechstunden: Montag bis Freitag 9:00 - 11:30 Uhr und 15:00 – 17:00 Uhr  
Unfälle durchgehend 8:00 - 18:00