



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 01.07.2019

NACHBEHANDLUNGSSCHEMA

Bei

Humeruskopffraktur

Bruch des Oberarmkopfes

durchgeführte

offene Plattenosteosynthese des Humeruskopfes

Ruhigstellung:

SchulterSchlingenverband (z.B. Bledsoe®-Shoulder-Immobilizer) für 7 bis 10 Tage Tag und Nacht, anschließend nur intermittierend.

Physikalische Therapie:

Lymphdrainage für 3 Wochen.

Früh Anleitung zu kontrollierten Pendelübungen mit vorgeneigtem Oberkörper im Stand und isometrischer Übungen (Anspannen der Muskulatur).

Bewegungsausmaße:

| postoperative Woche | Abd. - Add. | Ext. - Flex. (RV - AV) | ARO - IRO |
|---------------------|----------------------|------------------------|----------------------|
| 1.-2. | assistiert 30°-0°-0° | assistiert 20°-0°-30° | assistiert 0°-0°-80° |
| 3.-6. | assistiert 90°-0°-0° | assistiert 20°-0°-90° | assistiert 0°-0°-80° |
| Ab 6. | aktiv frei | aktiv frei | aktiv frei |

Bis 6. Woche Beachtung der Schmerzgrenze

Ab 6. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit geringer Schulterbelastung

Ab 7. Woche ist in der Regel Autofahren möglich

Ab 12. Woche Wiederaufnahme beruflicher Tätigkeit mit höherer Schulterbelastung

Ab 21. Woche Wiederaufnahme der sportlichen Aktivitäten und anderer hoch belastender Schulteraktivitäten

Sportliche Aktivitäten:

Nach 12. Woche: Fahrradfahren

Nach 16. Woche: Überkopfsportarten

Bitte regelmäßige Wund- und Röntgenkontrollen 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.

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