



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

Humeruskopffraktur
Bruch des Oberarmkopfes

konservative Therapie
Ausheilung ohne Operation

Ruhigstellung:

Schulterschlingenverband (z.B. Bledsoe®-Shoulder-Immobilizer) für 7 bis 14 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:

posttrauma Woche	Abd. - Add.	Ext. - Flex. (RV - AV)	ARO - IRO
1.-2.	assistiert 30°-0°-0°	assistiert 20°-0°-30°	assistiert 0°-0°-80°
3.-4.	assistiert 60°-0°-0°	assistiert 20°-0°-96°	assistiert 0°-0°-80°
5.-6.	assistiert 90°-0°-0°	assistiert 20°-0°-90°	assistiert 10°-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 Röntgenkontrollen.

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 Chirurgen.

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