

Städtisches Klinikum Dessau · Auenweg 38 · 06847 Dessau-Roßlau

## Nachbehandlungsschema nach Reparation der Rotatorenmanschette

Sehr geehrte Patientin,  
Sehr geehrter Patient,

### Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Chefarzt: Dr. med. Joachim Zagrodnick

Sekretariat Tel.: (03 40) 5 01-13 06/13 07

Fax: (03 40) 5 01-14 19

E-Mail: gabriele.goermer@klinikum-dessau.de

BG-Sekretariat Tel.: (03 40) 5 01-19 40

Fax: (03 40) 5 01-19 41

E-Mail: kerstin.hirschfeld@klinikum-dessau.de

Sprechstunden Tel.: (03 40) 5 01-19 25

EAP-Sprechstunde Tel.: (03 40) 5 01-48 50/48 56

Fax: (03 40) 5 01-48 58

bei Ihnen wurde eine Operation an der Rotatorenmanschette des Schultergelenkes durchgeführt. Um den Erfolg der Behandlung zu sichern, müssen Sie Ihr Schultergelenk und die umgebende Muskulatur unter krankengymnastischer Anleitung über einen bestimmten Zeitraum trainieren. Verzögerungen der Übungsbehandlung können zu Bewegungseinschränkungen und Kraftverlust führen. Übertretungen der Übungsgrenzen könnten zum Abreißen der genähten Sehnen führen. Zur besseren Anleitung geben wir Ihnen dieses Nachbehandlungsschema mit, welches Sie auch Ihrem Physiotherapeuten vorlegen sollten.

### 1. und 2. Tag

**Bewegungsumfang:** Ruhigstellung im Gilchrist oder in der Armschlinge

**Belastung:** keine

**Physiotherapie:** kühlen

### 3. Tag bis 4. Woche

**Bewegungsumfang:** Tragen einer Abduktionsschiene (SAS 15 oder 45 je nach Ausmaß der Ruptur) zwischen den Übungen Tag und Nacht

**0/0/60°** Abduktion (seitliches Abspreizen des Armes in der Schulter)

**0/0/60°** Flexion (Anheben nach vorn)

**0/0/30°** Außendrehung

Drehung nach innen frei ohne Einschränkung

**Belastung:** schmerzadaptiert

**Physiotherapie:** nur passive Bewegungsübungen, Pendelübungen, motorisierte Bewegungsschiene, isometrische Übungen Schulterblattmuskulatur, Elektrotherapie

### 5. Woche bis 6. Woche

**Bewegungsumfang:** Absetzen der Abduktionsschiene

**0/0/90°** Abduktion

**0/0/90°** Flexion

freie Drehung nach außen und innen (vor der Körperachse ohne Abspreizen)

**Belastung:** schmerzadaptiert

**Physiotherapie:** zunehmend aktiv - assistive Bewegungsübungen, Bewegungsbäder mit entsprechenden Bewegungslimitierungen

### 7. Woche bis 3. Monat

**Bewegungsumfang:** Flexion und Abduktion sowie Drehung werden ohne Einschränkung durchgeführt

**Belastung:** langsame Steigerung der Belastung unter Verwendung von Therabändern und Hanteln

**Physiotherapie:** aktive Bewegungsübungen, Kräftigung der Schultermuskulatur, passive Dehnungsübungen bei starker Bewegungseinschränkung durchführen

### nach 6 Monaten:

Sportliche Belastung

Ihr Team der Abteilung für Physiotherapie und der Klinik für Orthopädie und Unfallchirurgie

Städtisches Klinikum Dessau  
Auenweg 38  
06847 Dessau-Roßlau

Steuer-Nr.: 114/145/00155

#### Bankverbindungen:

HypoVereinsbank  
BLZ 800 200 87  
Konto-Nr. 8 911 290  
IK 261500757  
IBAN: DE46 8002 0087 0008 9112 90  
SWIFT/BIC: HYVEDE MM 462

#### Stadtsparkasse Dessau

BLZ 800 535 72  
Konto-Nr. 31 005 006  
IK 261500575  
IBAN: DE44 8005 3572 0031 0050 06  
SWIFT/BIC: NOLADE 21 DES

#### Kontakt:

Telefon: +49 3 40 5 01-0

Telefax: +49 3 40 5 01-12 56

E-Mail: skd@klinikum-dessau.de  
<http://www.klinikum-dessau.de>