

Physiotherapeutische Nachbehandlung

Schulter-TP (Total/Hemi)

Zeit	Limiten	Ziel	Mögl. Massnahmen
bis 4. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Nur aktiv assistive Mobilisation • Flexion frei • Abduktion frei • AR 20° weniger als Gegenseite • Lagerung auf Orthese gemäss Verordnung Operateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der erlaubten aktiv assistierten ROM 	<ul style="list-style-type: none"> • Aktiv assistierte Mobilisation in alle erlaubten Richtungen • Aktive Finger- Hand- und Ellbogenmobilisation • Scapulathorakale Beweglichkeit seitengleich erarbeiten • Pendelübung • Heimprogramm • Pendelzug
Ab 5 Wochen	<ul style="list-style-type: none"> • Beginn mit aktiver Mobilisation im erlaubten Bewegungsausmass 	<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der Aktiven Beweglichkeit 	<ul style="list-style-type: none"> • Aktive Mobilisation im erlaubten Bewegungsausmass
Ab 7. Woche	<ul style="list-style-type: none"> • Freies Bewegungsausmass • Aktiv Bewegen 	<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der aktiven Beweglichkeit seitengleich 	<ul style="list-style-type: none"> • Aktive Mobilisation • Stützaktivitäten • Beginn mit Krafttraining nach den 5P's nach Jobe
Ab 3 Monate	<ul style="list-style-type: none"> • Wiederaufnahme von spezifischen Sportarten in Absprache mit dem Operateur 	<ul style="list-style-type: none"> • Erreichen der festgelegten Ziele des Patienten 	<ul style="list-style-type: none"> • Start mit sportmotorischen Grundeigenschaften bei guter Kraft und Stabilität • Erarbeiten von sportartspezifischen Eigenschaften

Stand: April 2018