



Nachbehandlung ACG-Sprengung

Phase I	Phase II	Phase III	Phase IV
1.Tag – 2. Woche Protektion	3. – 4. Woche Mobilisation	5. – 6. Woche Kräftigung	Ab der 7. Woche Wiedereingliederung
Ziele	Ziele	Ziele	Ziele
<p><u>Mobilisation:</u> 40° ABD. U. FLEX assistiv hubfrei</p> <p>Beachte für 6 Wochen Ø Vollbelastung Ø distalen Widerstände Ø Außenrotation Ø Innenrotation</p>	<p><u>Mobilisation:</u> Assistiv und hubfrei bis 90° ABD / FLEX.</p>	<p><u>Mobilisation</u> Assistiv/ aktiv bis 90° FLEX/ ABD.</p> <p>- zunehmende Aktivierung im zulässigen Bewegungsausmaß</p>	<p>- Erreichen des vollen Bewegungsausmaßes</p> <p>- Erreichen der max. Kraftstufen</p> <p>- Koordinationstraining</p> <p>- Integration in Sport u. Beruf nach <u>ca.12 Wo.</u></p>
Maßnahmen	Maßnahmen	Maßnahmen	Maßnahmen
<p>Armschlinge für 4 Wochen</p>			
Physiotherapie	Physiotherapie	Physiotherapie	Physiotherapie
<p><u>Lagerung:</u> 30° Flex. 30° Abd.</p> <p><u>1. post – OP – Tag</u> - Hochlagerung / Eis - Kompression - Isometrie - Prophylaxen</p> <p><u>ab d. 2. post. OP – Tag</u> - man. Lymphdrainage - assist. Mobilis. bis max. 40°Flex. und Abd. - Mobilisation über prox. Hebel - PNF - Elektrotherapie. - Mobilisation der angrenzenden Gelenke</p> <p><u>Achtung Wundheilung</u> kein Alkohol u. Nikotin für 2 Wochen</p> <p>keine direkte Sonnen- Einstrahlung oder Sauna für 6 Wochen</p>	<p>- assist. hubfreie Mobilis bis 90° ABD. U. FLEX.</p> <p>- PNF : Irradiation über gesunde Seite</p> <p>- Scapula – Mobi. – oder Stabilisation in die post. Depression (auch als Hausaufgabe)</p> <p>- Übungen sitzend am Tisch</p> <p>- Elektrotherapie</p>	<p>- aktiv – assistive Mobilisation z.B. im Schlingentisch oder mit Pezziball</p> <p>- Manuelle Therapie Traktion Stufe I</p> <p>- Thera - Band (unter Beachtung der Bewegungslimitierung)</p> <p>- Bewegungsbad</p> <p>- Entwöhnung der Arm Schlinge; nach der 5. Woche sollte der Patient ohne Armschlinge zurechtkommen</p>	<p>- dem Patienten angepasst max. Belastung und Mobilisation</p> <p>- Manuelle Therapie (Traktion – Stufe III, Gleitmobilisation)</p> <p>- PNF (direktes Armpattern im geschl. oder offenen System)</p> <p>- Bewegungsbad</p> <p>- med. Trainingstherapie (z.B.Seilzug, Bodyblade, therapeut. Kletterwand)</p> <p>- erarbeiten von Gebrauchsbewegungen</p>