

## Nachbehandlungsschema SAD, LCR

Krankengymnastische und physikalische Therapie:

### **Phase 1** (1. bis 8. postop. Tag):

Rein assistiv passive KGÜ mit einer Mobilisation bis zu 90° Abduktion bei fixierter Scapula, ARO am hängenden Arm 10°, bei 90° abduziertem Arm 20°, IRO bis 40°

### **Phase 2** (1. bis 2. postop. Woche):

Übergang in aktiv assistierte KGÜ bis zu einer erlaubten Abduktion von 90° bei fixierter Scapula, gesamt 150°, ARO 20°, IRO bis 50°

### **Phase 3** (3. bis 4. postop. Woche):

Zunehmendes Erreichen des Bewegungsumfanges in allen Richtungen, Fortführung der aktiv assistierten Übungsbehandlung, Mobilisation der thorakoscapularen Gleitebene, Bewegungsschulung sowie PNF und FBL

**Einleitung einer AHB-Maßnahme** ab der 6. postop. Woche zur Intensivierung der KGÜ.

Beginn mit Überkopfsportarten, Schlag- Wurf sportarten ab dem 3. Monat nach der Operation.

Für Kraftsport, Wettkampfsport und Maximalkrafttraining ärztliche Freigabe erforderlich – bitte Rücksprache.

Wir wünschen Ihnen gute Genesung!