

**Klinik für Orthopädie und**

**Spezielle orthopädische Chirurgie**

Chefarzt Dr. med. L.C. Linke

Paracelsus Klinik Marl



**Ihr Ablaufplan bei einer Rotatorenmanschetten- oder Gelenkslippen-Naht**

Liebe Patientin, lieber Patient

Bei Ihnen wurde vor kurzer Zeit eine Rotatorenmanschetten- oder Gelenkslippen-Naht durchgeführt. Dieser Ablaufplan soll Ihnen einen Überblick über die Zeit nach der Operation und die notwendigen Behandlungsschritte danach geben.

Bei Fragen zögern Sie nicht uns auch direkt anzusprechen.

Wir wünschen Ihnen gute Besserung

Ihr Team der Orthopädie

**1. postoperativer Tag bis zur 3. Woche:**

Tragen der Abduktions-Schiene (RM-Naht) o. Innenrotations-Schiene (Gelenkslippen-Naht)

- Tag und Nacht

- Bewegungsausmaß:

 - RM-Naht: Anteversion/Abduktion/Außenrotation: 60-60-10°

 - Gelenkslippen-Naht: Anteversion/Abduktion/Außenrotation: 60-60-0°

Physikalische Therapie – Reizstrom, Ultraschall-Bestrahlung

Passive Bewegungsschiene mit oben angegebenen Bewegungsausmaß

**4. – 6. Woche:**

Tragen der Abduktions-Schiene (RM-Naht) o. Innenrotations-Schiene (Gelenkslippen-Naht)

- Tag und Nacht

- Bewegungsausmaß:

 - RM-Naht: Anteversion/Abduktion/Außenrotation: 90-90-20°

 - Gelenkslippen-Naht: Anteversion/Abduktion/Außenrotation: 60-60-0°

sonst wie innerhalb der ersten drei Wochen

Ende der sechsten Woche – Möglichkeit der Wiedervorstellung in der orthopädischer Ambulanz (02365-90 2501)

**7. – 12. Woche:**

Tragen der Abduktions- Schiene (RM-Naht) o. Innenrotations-Schiene (Gelenkslippen-Naht)

- zunächst zur Unterstützung mit vollem Bewegungsausmaß

- im Verlauf langsam abtrainieren

Beginn aktiver Bewegungsübungen und schrittweises Erweitern des Bewegungsumfanges des operierten Schultergelenkes.

Aufarbeiten muskulärer Dysbalancen und propriozeptives Training

amb. Reha - Maßnahme mit Muskelaufbau und Krankengymnastik möglich