

### Schulterchirurgie

Prof. Dr. med. J. Christoph Katthagen  
Dr. med. Philipp A. Michel  
Dr. med. Sebastian Oenning  
Hr. Christian D. Schenk  
Fr. Alina Köhler  
Hr. Mats Wiethölter

### Klinik für Unfall-, Hand- und Wiederherstellungschirurgie

Univ.-Prof. Dr. med. Michael Raschke  
*Direktor*

Waldeyerstraße 1  
48149 Münster

T +49 (0)2 51 -83 –56337  
F +49 (0)2 51 -83 –56318  
Vermittlung: T +49 (0)2 51-83-0

uhchir@uni-muenster.de  
www.traumacentrum.de

Patientenetikett

## Nachbehandlungsplan nach Implantation einer inversen Schulterprothese

### 1. Phase: 1. – 14. postop. Tag

#### Passive Schulterglenksmobilisation

- ✓ Immobilisation in Schulterorthese (Ultrasling III, 15° Thoraxabduktionskissen) für 4 Wochen
- ✓ Erlaubte Bewegungsumfänge passiv-assistiv (schmerzfrei ohne harten Anschlag):  
90° Anteversion, 70° Abduktion und **maximal 10° ARO**
- ✓ unterstützende Maßnahmen: Eisbehandlung, Lymphdrainage, Wärme
- ✓ aktiv und passiv freie Bewegung des Ellenbogens und des Handgelenkes
- ✓ vorsichtige passive Scapulamobilisation
- ✓ begleitende passive Mobilisation in der CPM-Schiene

### 2. Phase: 3. – 6. postop. Woche

#### Erarbeiten der passiven und Beginn mit aktiver Gelenkbeweglichkeit

#### Ziel 6. Woche: schmerzfreies Erreichen des Scheitels und des Gesäßes

- ✓ Schulterorthese nach der 4. postoperativen Woche nur noch zur Nacht
- ✓ erlaubte Bewegungsumfänge passiv-assistiv (schmerzfrei ohne harten Anschlag):  
90° Anteversion, 90° Abduktion und **maximal 20° ARO**
- ✓ Beginn mit stabilisierenden und kräftigenden Übungen der Scapulafixatoren
- ✓ isometrischen Übungen für die Rotatorenmanschette (Ausnahme Subscap.)

**Ambulante, fachärztliche Wiedervorstellung zur klinisch-radiologischen Verlaufskontrolle 6 Wochen postoperativ**

### 3. Phase: 7. – 12. postop. Woche

#### Erarbeiten der aktiven Gelenkbeweglichkeit und muskuläre Kräftigung

#### Ziel 12. Woche: schmerzfreier Nacken- und Schürzengriff

- ✓ freie aktive und passive Gelenkbeweglichkeit erlaubt (Schmerzgrenze!)
- ✓ Humeruszentrierende, dynamische und stabilisierende Übungen
- ✓ Kräftigung der Rotatorenmanschette ab der 9. Woche auch exzentrisch
- ✓ Skapulastabilisierung

### 4. Phase: Ab der 13. postop. Woche

- ✓ Festlegen des weiteren Procederes bzgl. Rückkehr zu körperlichen Arbeiten und Sport
- ✓ zunehmende muskuläre Kräftigung der Rotatorenmanschette und scapulothorakalen Muskulatur ggf. an Geräten
- ✓ dynamische Bewegungsübungen zur Verbesserung der Koordination