

Konservative Therapie

Outlet-Impingement und ACG-Arthrose

Bei Outlet-Impingement:

Durch die bestehende Schultergürtelprotraktion kommt es zu einer Verstärkung des Impingements durch das Acromion. Wir bitten somit um Haltungsschulung und um aktive Scapulareraktion mit Stabilisierung bei Flexion und bei Abduktion. Somit kann der acromiohumerale Raum erweitert und die Schmerzen gelindert werden. Die entsprechende Dehnung des M. Pectoralis major und Kräftigung des M. Serratus, Trapezius pars ascendens und transversus gehören natürlich zu dem Konzept.

Bitte zeigen Sie dem Patienten auch die physiologische Außenrotation bei der Abduktionsbewegung, da hier ein gestörter Bewegungsablauf vorliegt.

Unterstützend wirkt ebenfalls eine Humeruskopf Kaudalisierung durch Kräftigung des als M. Latissimus dorsi und Pectoralis major Gegenspieler zum M. Deltoideus.

Bei ACG-Arthrose:

Zur Druckreduktion im Acromioklaviculargelenk bitten wir um Kräftigung der interscapulären Muskulatur, Dehnung des M. Pectoralis und Haltungsschulung. Auch das Erlernen von Eigenübungen wäre wünschenswert.

Vielen Dank für die Zusammenarbeit!

Bei Problemen oder Rückfragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Dr. Tanja Rudolph-Steininger
Oberärztin Unfallchirurgie