

Nachbehandlung

Inverse Schulterprothese

1. Frührehabilitation

(1. bis 4. Woche nach der Operation)

- Entfernung der Drainagen am 2. Tag postoperativ, dann Röntgenkontrolle
- Entfernung des Nahtmaterials nach 12 Tagen postoperativ
- Abduktionskissen für 4-6 Wochen tags und nachts, das Kissen kann zum Waschen und in der Physiotherapie abgenommen und soll ab der 4. Woche schrittweise abtrainiert werden
- Physiotherapie nach Drainagezug mit Abnahme des Kissens: Abduktion in Scapulaebene bis maximal 90° und Flexion bis maximal 90° aktiv-assistiv, Innenrotation frei aber ohne Widerstand, keine Bewegungen nach dorsal zum Rücken oder zum Abstützen beim Sitzen (Luxationsgefahr)
- Isometrie des M. Deltoideus so oft als möglich im Sinne einer Eigenübung
- ggf. Lymphdrainage
- Scapulamobilisation und Abbau von Schonhaltung
- Mobilisation Ellenbogen zur Kontrakturprophylaxe, oft Faustschluss als Eigenübung zur Förderung des venösen Abflusses
- Bewegungsbad unter Anleitung nach Wundheilung möglich
- nach Abnahme des Kissens kann und soll der Arm für Alltagsbewegungen z.B. zum Essen und Schreiben eingesetzt werden

2. Spätrehabilitation

(ab der 4.-6. Woche nach der Operation)

- ab jetzt Rehabilitation sinnvoll, da die Belastung gesteigert und das Abduktionskissen abtrainiert werden sollte
- Freigabe der Bewegungslimitation und Erarbeiten eines möglichst großen aktiven Bewegungsausmaßes
- Beginn mit leichten Kräftigungsübungen ohne Ausweichbewegungen
- Erarbeiten von Bewegungen des täglichen Lebens

Bei Problemen ist gerne eine Vorstellung in der Schultersprechstunde möglich, nach der Rehabilitation freuen wir uns über eine Kontrolluntersuchung im MVZ. In Notfällen ist eine Vorstellung in der unfallchirurgischen Notaufnahme möglich.