

Nachbehandlung:
SLAP-Repair oder
Tenodese der langen Bicepssehne

Phase 1 (1. bis 4. Woche):

- Wundkontrollen, Entfernung des Nahtmaterials nach 10-12 Tagen
- 3-wöchige Ruhigstellung in einer Schulter-Fixbandage, dann Abnahme
- Physiotherapie von Beginn an mit passiver Mobilisierung im Ellenbogengelenk und Limitation der Schulter mit 60°-Flexion und -Abduktion, 30°-Außenrotation.
- zur Körperpflege kann die Bandage abgenommen werden

Phase 2 (5. bis 8. Woche):

- Erarbeiten des freien Bewegungsausmaßes in allen Ebenen ohne Belastung
- Vermeidung von forcierter Ellenbogenbeugung und Supination gegen Widerstand

Phase 3 (ab der 9. Woche):

- Belastungsaufbau

Bei Problemen oder Rückfragen ist eine Kontaktaufnahme über unser MVZ im Hause möglich, in Notfällen jederzeit über unsere Notaufnahme.