



Nachbehandlungsplan Schulter 2: Bizepssehnenentodese

Arthroskopische Tenodese / subpektorale Tenodese

| ab → | OP-Tag | 2. Tag postop | 3. Tag | 7. Tag | 14. Tag | 28. Tag | 7. Woche | 12. Woche | 4. Monat | 6. Monat |
|------------------------------|--|---|--------|--------|--------------------------------------|---------|----------------------------------|---|----------|----------|
| Belastung | Entlastung | 2 Kg für Unterarm Flexion und Umwendbewegung | | | | | Freigabe | | | |
| Schiene/ Orthese/ Gips | keine | | | | | | | | | |
| Physiotherapie | Pendeln Eigenständiges Bewegen der Schulter | schmerzadaptierte Übungs- behandlung, Gewichtslimitierung 2 Kg für 6 Wochen | | | | | MTT Ggfs amb. AHB, EAP | | | |
| Sport/ Sonstiges | | Ggfs. Redonentfernung Verbandwechsel Röntgen | | | Fadenentfernung Aqua-Therapie | | Jogging | Überkopf- Sportarten Kontaktsport Ball sport | | |
| ab → | OP-Tag | 2. Tag | 3. Tag | 7. Tag | 14. Tag | 28. Tag | 7. Woche | 12. Woche | 4. Monat | 6. Monat |