



## 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