



Nachbehandlungsplan Schulter 5: Korakoid-Transfer nach Latarjet Stabilisierung bei rezidivierender Schulterluxation

ab →	OP-Tag	2. Tag postop	3. Tag	7. Tag	14. Tag	28. Tag	7. Woche	12. Woche	4. Monat	6. Monat
Belastung	Entlastung Arm						Vollbelastung in geschlossener Kette	Keine Limitierung		
Schiene/ Orthese/ Gips	Gilchrist Tag und Nacht für 2 Wochen				Gilchrist zur Nacht für 2 Wochen	Gilchrist weglassen				
Physiotherapie	Kryotherapie,	Aktiv-Assistierte Bewegungsübungen bis 90° Flex/Abduktion, Rotation bis Neutralstellung	ggfs. Motorschiene 4x30min/Tag			Aktive Bewegungstherapie ohne Limitierung Außenrotation erarbeiten	Stufenweiser Beginn mit Widerstandstraining incl. Rotatoren und Skapula	Weiter Muskelaufbau, MTT Amb. AHB, EAP Dynamisches Training		
Sport/ Sonstiges		Ggfs. Redonentfernung Verbandwechsel Röntgen			Fadenentfernung AquaTraining	Cross Trainer Nordic Walking Laufen	Krafttraining		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