



Behandlungsschema Akromioplastik

Zeit	FLEX/ABD	ARO	Nachbehandlung/ Techniken
Woche 1	assistiv bis 90°	-	<ul style="list-style-type: none"> • Gilchrist für 2 Tage, • assistiv -aktive Mobilisation von Ellenbogen, Handgelenk und Finger • Scapula - Pattern • Haltungsschule • CPM • Manuelle Therapie (angepasst)
Wochen 2+3	aktiv schmerzadaptiert frei	assistiv-aktiv	<ul style="list-style-type: none"> • PNF (keine Provokation AC-Gelenk!) • Schonhaltung auflösen • Kaudalisierende/ zentrierende Übungen
Wochen 4-6	schmerzadaptiert aktiv – resistiv endgradig	Isometrie im schmerzfreien Bereich schmerzabhängige Steigerung	<ul style="list-style-type: none"> • Kaudalisierende/ zentrierende Übungen Manuelle Therapie mit endgradiger Kapseldehnung • Kraftaufbau, konzentrisches Rotatorentraining • Koordination und Stabilisierung

Dr. B. Husain

Dr. A. Peszko

Dr. K. Wilsenack

Fachärzte für Orthopädie, Unfallchirurgie und Anästhesiologie

Ambulante und stationäre Operationen, Sporttraumatologie, Spezielle Unfallchirurgie, Notfallmedizin, Durchgangsarztverfahren, Traumatologie, Arthroskopie, Knorpeltransplantation

Brunshofstr. 2 45470 Mülheim a.d. Ruhr

Wilhelmstr. 14 45219 Kettwig

Internet: www.gelenk-und-sportklinik-rheinruhr.de Email: mail@gsk-rheinruhr.de