



Behandlungskonzept bei Impingementresektion OSG

Zeit	Behandlung
POST – OP: <i>Grundsätzlich</i>	<ul style="list-style-type: none">• Entlastung für 3 Tage an Unterarmgehstützen• Antiphlogistika (z.B. Diclofenac, Ibuprofen) mit Magenschutz (z.B. Pantozol)• Kurzzeiteis in Kombination mit dynamischen Bewegungsübungen• Resorptionsförderung/manuelle Lymphdrainage bei starken Schwellungen• Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung• erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: 30°/0°/50°• schmerzadaptierte Vollbelastung an Unterarmgehstützen
ab 1. Woche	<ul style="list-style-type: none">• passive und aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur• schmerzadaptierte Vollbelastung
ab 2. Woche	<ul style="list-style-type: none">• aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur• schmerzabhängige Belastungssteigerung ohne Einschränkung• Propriozeption, Koordination• Sportkarenz für 6 Wochen