



Behandlungskonzept Rotatorenmanschettenrefixation

Zeit	ABD	FLEX	ARO	Nachbehandlung/ Techniken
1. Woche	bis 60° passiv	passiv ab Tag 3		<ul style="list-style-type: none">• Abduktionskissen zur KG abnehmen• manuelle Lymphdrainage• assistiv-aktive Mobilisation von Ellenbogen, Handgelenk und Finger• Haltungsschulung• Scapula-Pattern• Manuelle Therapie
2. und 3. Woche	bis 90° passiv	assistiv 90°	passiv ARO 30°, IRO frei vor Körperlängsachse	<ul style="list-style-type: none">• Abduktionskissen weg• CPM bis 90° ABD• Schonhaltung lösen• Narbenbehandlung
4. bis 6. Woche	assistiv bis 90°	aktiv bis 90°	assistiv-aktiv	<ul style="list-style-type: none">• kaudalisierende/zentrierende Übungen
ab 6. Woche	resistiv, schmerzabhängige Steigerung	resistiv	resistiv, schmerzabhängige Steigerung	<ul style="list-style-type: none">• Kraftaufbau, Beginn konzentrisches Rotatorentaining• PNF-Armpattern• Koordination und Stabilisierung• Bewegungsbad