

Behandlungskonzept bei operativ versorgten Oberarmkopffrakturen

Zeit	FLEX/ABD	ARO	Nachbehandlung/Techniken
1. Woche	bis 60° passiv	ARO 0°, IRO frei vor Körperlängsachse	<ul style="list-style-type: none"> • Gilchrist zur KG abnehmen (ab 2. Tag) • manuelle Lymphdrainage • assistiv -aktive Mobilisation von Ellenbogen ,Handgelenk und Finger • Haltungsschulung • Scapula-Pattern
2. und 3. Woche	bis 90° passiv	ARO bis 30° passiv	<ul style="list-style-type: none"> • ggf. Gilchrist zur Nacht • CPM bis 90° ABD • Schonhaltung auflösen • kaudalisierende/zentrierende Übungen
4. bis 6. Woche	bis 90° assistiv	ARO 50° assistiv	<ul style="list-style-type: none"> • isometrisch-zentrierende Übungen
ab 7. Woche	aktiv, schmerzabhängige Steigerung bis resistiv	isometrisch, aktiv, schmerzabhängige Steigerung	<ul style="list-style-type: none"> • zunehmender Kraftaufbau • Koordination und Stabilisierung • Bewegungsbad nach knöchernem Durchbau