



## Nachbehandlungskonzept

# Rotatorenmanschettenrekonstruktion

### Allgemeines:

Die Prognose der Rotatorenmanschettenrekonstruktion hängt von der Größe der Ruptur, dem Ausmaß der Degeneration der Sehne und vom Alter des Patienten ab. Zur Sicherung der Naht vor Zugbeanspruchung ist oft die Lagerung auf einem Thoraxabduktionskissen (Briefträgerkissen) für 4 - 6 Wochen post-operativ und die zunächst passive Mobilisation erforderlich.

### Stabilität:

bis zur 4. Woche: passive Bewegungsübungen mit Anteversion und Abduktion bis 90°, keine aktive Innenrotation, Außenrotation bis 20°

4. – 6. Woche: aktiv-assistierte Bewegung mit Anteversion und Abduktion bis 120°, Innenrotation bis 20°, Außenrotation bis 20°

ab der 7. Woche: aktive Bewegungsübungen, Abduktion und Außenrotation nicht gegen Widerstand

ab der 10. Woche: Bewegungsübungen gegen Widerstand in allen Ebenen (Vollbelastung)

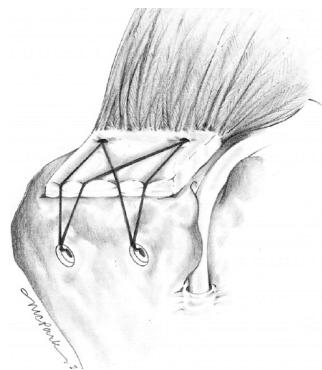
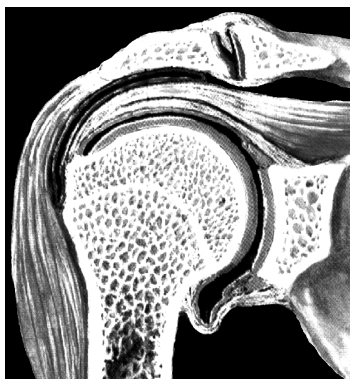
### Bewegungsumfang:

- Abduktion/Anteversion bis 90° für 6 Wochen
- Vermeidung starker Dehnbelastungen der rekonstruierten Sehnenanteile
  - M. supraspinatus → keine forcierte Abduktion
  - M. infraspinatus → keine forcierte Innenrotation
  - M. subscapularis → keine forcierte Außenrotation

### Belastungsaufbau/Sport:

ab dem 3. Monat: leichte bis mittelschwere körperliche Tätigkeiten (z.B. Laufen/Schwimmen), leichte sportartspezifisches Techniktraining ohne starke Widerstände

ab dem 6. Monat: schwere körperliche Tätigkeit, Ball- und Kontaktsportarten, Wettkampfsport



*Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr Schulterteam der Marburger Orthopädie !*