

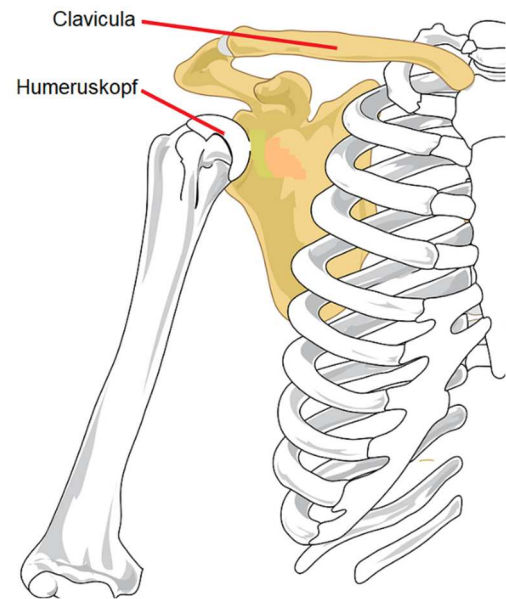


Nachbehandlungskonzept: Clavikulafraktur „Schlüsselbeinfraktur“

Bei direktem Trauma auf oder indirekt durch Abstützen mit gestrecktem Arm während eines Sturzes kann es zu einer Fraktur des Schlüsselbeins kommen.

Nach der Operation wird der Arm mit einem PSI-/ Gilchristverband für etwa 7 Tage ruhiggestellt.

Um einer Einschränkung der Beweglichkeit vorzubeugen, sollten Sie frühzeitig mit einem physiotherapeutischen Übungsprogramm beginnen.



Beachten

- Vermeiden Sie in den ersten 6 Wochen das Heben und Tragen von Lasten > 5 kg
- Keine Überkopfbewegungen des Armes in den ersten 6 Wochen
- Strecken und Beugen Sie Ihre Finger und den Ellbogen mehrmals täglich
- Vermeiden Sie Schonhaltung (besonders Schultern und Brustwirbelsäule)

Beachten Sie die Vorgaben des behandelnden Arztes/Operators!

Nachbehandlungsschema für Ihren Physiotherapeuten

1.-2. Woche post OP

Limits: Heben von Lasten bis max. 5kg,
passive Mobilisation der Schulter nicht über 90°,
PSI Verband für ca. 7 Tage (schmerzadaptiert)

- manuelle Lymphdrainage
- aktive Mobilisation der angrenzenden Gelenke
- passive Mobilisation nicht über 90°
- Rotation freigegeben unter Beachtung der Schmerzgrenze
- BWS Aufrichtung
- Scapula Setting

3.-7. Woche post OP

Limits: Heben von Lasten bis max. 5kg,
Bewegungsumfang bis 90° soll erreicht werden

- aktive Mobilisation des Armes bis 90°
- Mobilisation des Schultergürtels
- Scapula Setting
- isometrische Spannungsübungen
- symmetrische Bewegungsübungen der Arme mit Spiegel
- Mobilisation ACG, SCG

Ab 7. Woche post OP

- Limits:
- Bewegung frei
 - dosierte Belastungssteigerung

 - Kraftaufbau mit Gewichten >5kg
 - anbahnen der Stützaktivität
 - koordinatives/propriozeptives Schultertraining

**Primär gelten die Nachbehandlungsvorgaben des Operateurs/behandelnden Arztes.
Bei Fragen ist dieser zu kontaktieren.**

Physiopark im St. Josef
Leiterin Physiotherapie
Veronika Vest
0941-7825500
st.josef@physiopark-regensburg.de

Caritas-Krankenhaus St. Josef
Klinik für Unfallchirurgie
Direktor: Prof. Dr. med. Johannes Zellner
0941-7823811
unfallchirurgie@caritasstjosef.de