

Nachbehandlung der arthroskopischen subacromialen Dekompression und lateraler Clavikulateilresektion



Vorlage für Physiotherapeuten

Abteilung Orthopädie und Sporttraumatologie

Der arthroskopische subacromiale Dekompression beinhaltet die Teilentfernung der Bursa subacromialis und das „Normalisieren“ des Schulterdaches (Acromion).

Die Teilentfernung der lateralen Clavikula bei symptomatischer AC-Gelenksarthrose beinhaltet eine Resektion der lateralen Clavikula von ca. 3-8 mm. Diese führt zu einer leichten Destabilisation dieses Gelenkes und resultiert hierdurch zu zwei wesentlichen Restriktionen in der frühen Rehabilitationsphase. Einerseits sollte der Patient nicht auf der operierten Seite liegen, andererseits sollten keine Kraftübungen in Vorhalte durchgeführt werden (z. Bsp. Bankdrücken).

Phase 1

(1. Woche) Proliferationsphase

Akut-/Entzündungsphase

- Ruhigstellung / Schutz des betäubten Armes (Scalenusblock) mit Schlinge oder Gilchristfür die erste Nacht.
- Mobilisation der angrenzenden Gelenke (Hand, Ellenbogen, HWS mit Schulterblatt)
- passive Mobilisation ohne Abduktion $> 90^\circ$. Anteversion $> 90^\circ$ sowie Adduktion sollten ebenfalls vermieden werden.
- Kein Liegen auf der Seite.
- Aktive Belastung ohne Schmerzprovokation.

Phase 2

(2- 6. Woche)

Remodelling

- Aktive und passive Mobilisation bis zur Schmerzgrenze.
- Vermeidung von Adduktionsbewegungen über 0°
- Kein Liegen auf der operierten Seite
- Alltagsbelastungen ohne Kraft.

Phase 3

ab etwa 7. Woche

Alltagsbelastungen können normal durchgeführt werden. Dennoch sind Überkopftätigkeiten mit Tragen von Lasten über 10kg bis zur Woche 10 zu vermeiden.

Volle Sportfähigkeit

Nach 3 Monaten.

Voraussetzung für die Rückkehr zum Sport ist von Sportart abhängig.