

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 nur bei starker Schwellung · 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 2 Wochen tragen · 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 Rotatoretraining · PNF-Armpattern · Koordination und Stabilisierung · Bewegungsbad