

Behandlungskonzept bei Impingementresektion OSG

Zeit	Behandlung
POST – OP: Grundsätzlich	<ul style="list-style-type: none"> · Entlastung für 3 Tage an Unterarmgehstützen · Antiphlogistika (z.B. Diclofenac, Ibuprofen) mit Magenschutz (z.B. Pantozol) · Kurzzeiteis in Kombination mit dynamischen Bewegungsübungen · Resorptionsförderung/manuelle Lymphdrainage bei starken Schwellungen · Thromboseprophylaxe bis zur Vollbelastung · erlaubtes Bewegungsausmaß Flex./Ext.: 30°/0°/50° · schmerzadaptierte Vollbelastung an Unterarmgehstützen
ab 1. Woche	<ul style="list-style-type: none"> · passive und aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur · schmerzadaptierte Vollbelastung
ab 2. Woche	<ul style="list-style-type: none"> · aktive Physiotherapie mit Aufbau der Muskulatur · schmerzabhängige Belastungssteigerung ohne Einschränkung · Propriozeption, Koordination · Sportkarenz für 6 Wochen