

## Behandlungskonzept bei operativ versorgten Oberarmkopffrakturen

Zeit	FLEX/ABD	ARO	Nachbehandlung/Techniken
<b>1. Woche</b>	bis 60° passiv	ARO 0°, IRO frei vor Körperlängsachse	<ul style="list-style-type: none"> <li>· Gilchrist zur KG abnehmen (ab 2. Tag)</li> <li>· manuelle Lymphdrainage</li> <li>· assistiv -aktive Mobilisation von Ellenbogen ,Handgelenk und Finger</li> <li>· Haltungsschulung</li> <li>· Scapula-Pattern</li> </ul>
<b>2. und 3. Woche</b>	bis 90° passiv	ARO bis 30° passiv	<ul style="list-style-type: none"> <li>· ggf. Gilchrist zur Nacht</li> <li>· CPM bis 90° ABD</li> <li>· Schonhaltung auflösen</li> <li>· kaudalisierende/zentrierende Übungen</li> </ul>
<b>4. bis 6. Woche</b>	bis 90° assistiv	ARO 50° assistiv	<ul style="list-style-type: none"> <li>· isometrisch-zentrierende Übungen</li> </ul>
<b>ab 7. Woche</b>	aktiv, schmerzabhängige Steigerung bis resistiv	isometrisch,aktiv, schmerzabhängige Steigerung	<ul style="list-style-type: none"> <li>· zunehmender Kraftaufbau</li> <li>· Koordination und Stabilisierung</li> <li>· Bewegungsbad nach knöchernem Durchbau</li> </ul>