

Nachbehandlungsschema: Schulterprothese

■ Inverse Schulterprothese ■ anatomische Schulterprothese

Beweglichkeitslimite: Flexion 90°, Abduktion 90°, Aussenrotation 0°, Innenrotation nicht gegen Widerstand

Orthese: _____

*Die Evaluations- und Progressionskriterien werden jeweils am Ende der Rehabilitationsphase erhoben.
Werden die Evaluations- und Progressionskriterien nicht erfüllt, verzögert sich der gesamte Rehabilitationsverlauf.

Phase	Ziele nach ICF	Behandlungsmassnahmen	Evaluations- und Progressionskriterien*
Phase 1 (Woche 1 bis 6)	Struktur Reduktion der Schmerzen und Schwellung Funktion Glenohumerale Beweglichkeit innerhalb der erlaubten Limiten Adäquate Schulterblattkontrolle	Schmerzmanagement Abschwellende Massnahmen Verhaltensschulung des Patienten Passive und aktiv-assistive Mobilisation der Schulter Scapulasetting in geschlossener Kette (Stützaktivität an Wand) Zentrierung Glenohumeralgelenk Haltungsschulung BWS, Hals-Schulter-Armregion	Minimale bis keine Schmerzen Adäquate Schulterblattkontrolle
Phase 2 (Woche 7 bis ca. 12)	Funktion Volle Beweglichkeit Aktivität Belastungsaufbau Partizipation Steigerung der Alltagsaktivität	Passive und aktive Mobilisation der Schulter in alle Bewegungsrichtungen Passive und aktiv-assistive Mobilisation des Ellbogens Zentrierung Glenohumeralgelenk Aufbau korrektes Scapulasetting in offener Kette Stützaufbau Proprioceptive Übungen Aktives Funktionstraining im koordinativen Bereich mit Zusatzgewicht erlaubt, kein forciertes Training des m. biceps brachii	Schmerzfremde aktive Armbewegungen Dynamische Stabilität der Scapula und Rotatorenmanschette während alltäglichen Bewegungen
Phase 3 (ab ca. Woche 13 bis 6. Monat)	Funktion Volle glenohumerale Beweglichkeit Aktivität Normalisierung der Kraft, Ausdauer und neuromuskulären Kontrolle der oberen Extremität	Kraftaufbau inkl. exzentrischem Training und Sehnenbelastbarkeitstraining des m. biceps brachii	Volle Belastbarkeit im Alltag
Je nach Patientenziel Weiterführung nachfolgender Therapiemassnahmen			
Phase 4 (ab 7. Monat)	Funktion Sportartspezifische Bewegungsabläufe Partizipation Kontinuierlicher Wiedereinstieg in Sport	Wurf ABC Schnellkraft inkl. Dehnungsverkürzungszyklus Sportart-spezifische Bewegungsabläufe Kontinuierlicher Wiedereinstieg in Sport	

Literatur:

Diemer, F., & Sutor, V. (2010). Praxis der medizinischen Trainingstherapie II: Halswirbelsäule und obere Extremität