

Physiotherapeutische Nachbehandlung  
**Inverse Schulter-TP**

Zeit	Limiten	Ziel	Mögl. Massnahmen
bis 6. Woche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktive Mobi von Beginn an erlaubt</li> <li>• IR in den ersten 6 Wochen nur bis Bauch</li> <li>• Lagerung auf Orthese</li> <li>• Wegen Luxationsgefahr (v.a. nach anterior) kein Abstützen mit der Hand oder Ellbogen (in Schulterextension)</li> <li>• Kein MTT / 5P's für 6 Wochen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erreichen der erlaubten aktiven ROM</li> <li>• Fokus auf Alltagsaktivitäten, funktionelle Reha</li> <li>• Wichtig: Deltoideus-Innervation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Aktiv-assistive bis aktive Mobilisation in alle erlaubten Richtungen</li> <li>• Scapulathorakaler Rhythmus erarbeiten im erlaubten Bewegungsausmass</li> <li>• „Preparators“ nach den 5P's nach Jobe / Heimprogramm</li> <li>• Pendelzug</li> </ul>
7.-12. Woche	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Freies Bewegungsausmass</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Fortsetzung aktive Mobilisation</li> <li>• Innenrotation bis Gesäss</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Beginn Krafttraining nach den 5P's nach Jobe</li> <li>• Beginn Stützaktivitäten?</li> </ul>
ab 3 Monate		<ul style="list-style-type: none"> <li>• Erreichen der festgelegten Ziele des Patienten (Schmerzfreiheit in Alltagsaktivitäten)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Weiterführen Krafttraining nach den 5P's nach Jobe</li> </ul>

Stand: Oktober 2018