

Klinik für Unfallchirurgie,
Orthopädie und Plastische Chirurgie

Nachbehandlung nach Hakenplatten- versorgung bei AC-Gelenksprengung

1. bis 12. Woche:

- Ruhigstellung im Gilchristverband nur bei Bedarf zur Schmerztherapie für 3-5 Tage
- Aktive Krankengymnastik mit Anteversion und Abduktion bis 90°, Außenrotation und Innenrotation frei gegeben bis zur Schmerzgrenze
- Keine Stützbelastung
- Skapulamobilisation und -Stabilisierung

14. bis 16. Woche:

- Metallentfernung
- Nach Metallentfernung bis zur gesicherten Wundheilung schmerzadaptierte Mobilisation ohne vorgegeben Bewegungs-limitation

Nach 16 Wochen:

- Bewegung frei gegeben
- Belastung schmerzadaptiert
- 4 Woche nach Metallentfernung Vollbelastung und Sportart-spezifisches Training frei gegeben