## Universitätsklinikum Würzburg

Zentrum Operative Medizin



Direktor: Prof. Dr. med. Rainer H. Meffert



Klinik und Poliklinik für Unfall-, Hand-, Plastische und Wiederherstellungschirurgie Oberdürrbacher Str.  $6\cdot 97080$  Würzburg

## **Nachbehandlungsschema**

10/2023

## **AC-Gelenksstabilisierung**

Röntgenkontrolle und Drahtentfernung 6 Wochen postoperativ

1.	Phase: 1. postoperativer Tag bis 6 Wochen postoperativ	Gilchrist für 6 Wochen darf zum Duschen, Essen, Physiotherapie abgenommen werden Pendelübungen erlaubt Geführte Bewegungen passiv in Abduktion und Flexion bis 60°, ARO und IRO frei. Ab der 4. postoperativen Woche bis 90° Abduktion und Flexion aktiv assistiert.
2.	Phase: 6. – 12. Woche postoperativ	Röntgenkontrolle, Metallentfernung des K-Drahts in Lokalanästhesie. Beginn mit aktiv assistierter Bewegung ohne Bewegungslimit, dann Übergang zu aktiver Bewegungsübung gegen die Schwerkraft Narbenmobilisation, Aqua-Gymnastik und Bewegungsbad erlaubt, Training in geschlossenen Ketten zur Kräftigung Training in offenen Ketten zur Verbesserung der intramuskulären Koordination Limitation: bis zur Schmerzgrenze Keine Widerstands-und Kräftigungsübungen, keine Maximalbelastung
3.	Phase: 4. – 6. Monat	Kräftigung der Muskulatur, Dehnung, Beginn mit Überkopfübungen unter stärkerer Belastung. Keine Ball- oder Kontaktsportarten.
4.	Phase: ab 6 Monate	Dehnung, Kräftigung der Muskulatur, Aufbau von Maximalkraft. Funktionelles Training. Sportartspezifisches Training

Für Rückfragen stehen wir jederzeit zur Verfügung. Eine Terminvereinbarung kann unter 0931-201-37501 erfolgen.

**Prof. Dr. R. Meffert** Direktor der Klinik PD Dr. med. J. Schmalzl

Klinik und Poliklinik für Unfall-, Hand-, Plastische und Wiederherstellungschirurgie Oberdürrbacher Str. 6 Haus A1/A2 97080 Würzburg Tel.: (09 31) 2 01 37502 Fax: (09 31) 2 01 37509

www.ukw.de

Anstalt des Öffentlichen Rechts

Das Klinikum ist mit der Straßenbahn, Linie 1 und 5 (Grombühl), Haltestelle Pestalozzistr. (Uniklinikum A), und Shuttlebus zu erreichen.