

## Nachbehandlungsschema nach distaler Humerusfraktur – operativ | Schema 2

---

### Phase 1: 1. - 3. postoperativer Tag

- Schmerztherapie
- abschwellende Maßnahmen (Kühlung, Lagerung, Lymphdrainage)
- Röntgenkontrolle postoperativ nach Drainagenentfernung
- KG (Krankengymnastik): aus der Schiene heraus
- Ruhigstellung in Oberarmgipsschiene für 7 Tage

### Phase 2: 3. - 14. postoperativer Tag

- Schmerztherapie nach Bedarf
- KG: Beginn passive Übungen+ aktive Beugung/Streckung im Ellengelenk im schmerzarmen Bereich, Umwendbewegungen
- bei Schwellung weiter Lymphdrainage
- Hautfadenentfernung nach 14 Tagen
- Ablegen der Oberarmgipsschiene

### Phase 3: 3.- 6. postoperative Woche:

- KG: assistive und aktive Übungen ohne Bewegungslimitierung. Mit dem Belastungsaufbau wird nach 6 Wochen in Abhängigkeit vom radiologischen Befund begonnen.
- Wiedervorstellung zur Röntgenkontrolle nach 6 Wochen in unserer Sprechstunde
- Wiedervorstellung alle zwei Wochen in der Sprechstunde

### Phase 4: Ab der 7. postoperativen Woche:

- Muskelaufbau, Rehabilitationsmaßnahme
- KG unter Vollbelastung und ohne Bewegungslimitierung
- PKW bei adäquater Funktionsfähigkeit

Eine Implantatentfernung ist nur in Ausnahmefällen nötig.

Die Krankengymnastik sollte zu keinem Zeitpunkt schmerzhaft sein. Bei Auffälligkeiten oder Unklarheiten bitte Kontaktaufnahme mit unserer Klinik unter 0561 908 5102. Für die Kontrolltermine nach 2 und 6 Wochen bitte rechtzeitig an die telefonische oder persönliche Terminvereinbarung denken.

V01 12/2022