

Nachbehandlungsschema **nach distaler Humerusfraktur – operativ | Schema 3**

Phase 1: 1. - 3. postoperativer Tag

- Schmerztherapie
- abschwellende Maßnahmen (Kühlung, Lagerung, Lymphdrainage)
- Röntgenkontrolle postoperativ nach Drainagenentfernung
- KG (Krankengymnastik): aus der Schiene heraus, passive Übungen
- Ruhigstellung in Oberarmgipsschiene für bis zu 21 Tage (bei osteoporotischem Knochen)

Phase 2: 3. - 14. postoperativer Tag

- Schmerztherapie nach Bedarf
- KG: Passive Übungen (3x/Woche mit Hausbesuch rezeptieren)
- Bei Schwellung weiter Lymphdrainage
- Hautfadenentfernung nach 14 Tagen
- Ablegen der Oberarmgipsschiene

Phase 3: 3.- 6. postoperative Woche:

- KG: Assistive und aktive Übungen ohne Bewegungslimitierung. Muskelaufbau. 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