

Rehabilitationsanleitung nach Indicis Proprius Transfer bei EPL-Ruptur

OP-Datum: Tagesdatum

PatAnrede PatTitel PatVorname PatNachname

| Zeitspanne | Aktivität und Rehabilitationsmaßnahme |
|-----------------|---|
| 1. Woche | Elasto-kompressiver Verband und Gipsschiene (sog. Auto-Stop-Position)! Lymphdrainage, Eistherapie, Während der Lymphdrainage vorsichtige Bewegungen in Daumengrund- und –endgelenk bei fixiertem Handgelenk |
| 2. -3. Woche | Bei reizlosen Wunden: Gips ex! Lange Daumenorthese, elasto-kompressiver Verband je nach Schwellung. Fäden ex nach 12-14 Tagen. Eigenständige Narbenbehandlung. Lymphdrainage, Eistherapie, Krankengymnastische Bewegungsübungen aktiv, keine maximale Flexion und keine kraftvolle Extension. Gelenkmobilisation mit dem Therapeuten, keine Belastung! |
| 4.-6. Woche | zunehmende Bewegungen. Tagsüber Orthese ab! Nur noch bei Belastungen anlegen. Lymphdrainage, Eistherapie, weitere Gelenkmobilisation nun auch passiv. |
| Ab der 7. Woche | Weitere Belastung auch ohne Orthese, Physiotherapie auch bis zur Schmerzgrenze, Krafttraining erst bei nahezu freier Beweglichkeit Noch keine Handsportarten |
| Ab dem 4. Monat | Handsport ohne Orthese erlaubt! |

Die individuelle Behandlung und der entsprechende Belastungsaufbau kann im Einzelfall von den o.g. Richtwerten abweichen. Der Physiotherapeut/-in kann dies von der aktuellen Situation abhängig machen.

In Absprache mit dem Behandler sollten in regelmäßigen Abständen Kontrolluntersuchungen stattfinden.

Bei Rückfragen wenden sich bitte an die Praxis unter Tel.: 02233 9493315

Nachbehandlungsschemata

Praxis für Unfall- und Handchirurgie,

Dr. Jörn Heidemann,

Theresienhöhe 1, 50354 Hürth

- Indicis Proprius-Transfer bei EPL-Ruptur -