

### Nachbehandlung subacromiale Dekompression und Bizepssehnenentodese bei Impingement

1.-3. Postoperativer Tag	Abduktionskissen Beweglichkeit frei, aber keine Supination und Flexion im Ellbogen gegen Widerstand CPM Stuhl Einweisung und Rezeptierung für zu Hause
Entlassung bis 6. Woche	Abduktionskissen für maximal 2 Wochen, Lymphdrainage, Scapulapattern, PNF nicht betroffene Seite, Detonisierung Muskulatur, GLOBALE Mobilisatoin HWS und thorako-cervicaler Übergang, Triggerpunktbehandlung
6.-12. Woche	Beginn mit Belastung ohne Bewegungslimitierung
Ab der 13. Woche	Vollständige Freigabe

Am Tag sind 1 bis maximal 5 Übungen in Eigenregie zusätzlich erlaubt (Pendeln, Krabbeln, Seilzug, Schieben).