



11 → Proximale Bicepssehnenpathologie, operative Tenodese S46.1, S46.2 ODER S46.9

Stabilität	Zeit	Behandlungsziel	Maßnahmen	Belastung / Bewegungsausmaß	Bemerkung
Bewegungsstabil	OP-Tag	Vermeidung von Komplikationen	<ul style="list-style-type: none"> Schmerzreduktion Kreislaufstabilisierung Pneumonieprophylaxe Dekubitusprophylaxe 	Aktivierung aus dem Bett nach individuellen Möglichkeiten	Schmerzreduzierende und abschwellende Lagerung
		<p>Niedriges VTE-Risiko! Nach Operationen an der oberen Extremität sollte in der Regel keine (über die Basismaßnahmen hinausgehende) VTE-Prophylaxe erfolgen (nach Leitlinie).</p>			
		Sehnenheilung	<ul style="list-style-type: none"> Ruhigstellung in Schulter-ruhigstellungsbandage längstens bis Wundheilung 		
	ab 1. Tag bis 2. Wo	Aktivierung	<ul style="list-style-type: none"> Aufstehen über die nicht betroffene Seite Anleitung zum eigenständigen aktiven Bewegen der nicht ruhiggestellten Gelenke Passives/Assistives Bewegen Ellbogengelenk und Schultergelenk Sturzprävention ADL-Training Haltungsschulung Edukation und Verhaltenstraining 	Keine Gewichtsbelastung Keine Supination und Flexion im Ellenbogen gegen Widerstand Bewegung Ellenbogengelenk und Schultergelenk ohne Limit	
		Abschwellende und schmerzlindernde Maßnahmen	<ul style="list-style-type: none"> MLD Kompressionstherapie Kryotherapie 		
		Kontrolle der Wundheilung	<ul style="list-style-type: none"> Verbandswechsel Entfernen der Drainagesysteme 		
	Vorbereitung der Entlassung Entlassmanagement	<ul style="list-style-type: none"> ADL-Abklärung 			Verordnung von Heil- und Hilfsmitteln
Belastungsstabil	bis 4. Wo	Physiologisches Bewegungsverhalten	<ul style="list-style-type: none"> Aktives Bewegen Schultergelenk Aktives Bewegen Ellbogengelenk Statische Muskelarbeit Motorisch funktionelles Training Koordinationstraining Gleichgewichtstraining Muskelaufbautraining Ausdauertraining 	Supination und Flexion im Ellenbogen gegen Widerstand langsam steigern	Weitere notwendige ambulante Therapiemaßnahmen
	bis 8. Wo	Bewegung und Belastung unter Alltagsbedingungen Arbeitsfähigkeit bei leichten Tätigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> Muskelaufbautraining unter Einsatz von Geräten 		Stationäre/ ambulante medizinische Rehabilitation Überprüfung der Hilfsmittelversorgung
		<ul style="list-style-type: none"> Übergang zur Trainingsstabilität in Abhängigkeit von klinischen- und Röntgenbefunden Erkennen von Störungen im Heilverlauf und Einleiten geeigneter Maßnahmen Vermeidung von Pflegebedürftigkeit Rehabilitative Maßnahmen im Rahmen der Trainingsstabilität und der beruflichen Wiedereingliederung sind ggf. bei erwerbsfähigen Patienten notwendig 			

11 → Proximale Bicepssehnenpathologie, operative Tenodese
S46.1, S46.2 ODER S46.9

AKTUALISIERT

1 Schulter Oberarm

Stabilität	Zeit	Behandlungsziel	Maßnahmen	Belastung / Bewegungsausmaß	Bemerkung
Trainingsstabil	bis 12. Wo	Teilhabe: Wiedereingliederung Alltag, Gesellschaft und Beruf Arbeitsfähigkeit bei mittelschweren bis schweren Tätigkeiten	<ul style="list-style-type: none"> • Funktionstraining Rehasport Rehanachsorge • ggf. Belastungserprobung, Arbeitstherapie 	Bewegung und Belastung ohne Limit	Ggf. medizinisch-beruflich orientierte Rehabilitation
	ab 4. Mo	Sportfähigkeit für low impact-Sportarten	<ul style="list-style-type: none"> • Zyklische Sportarten erlaubt 		Sportärztliche Beratung empfohlen
	ab 6. Mo	Sportfähigkeit für high impact-Sportarten	<ul style="list-style-type: none"> • Azyklische Sportarten erlaubt 		Sportärztliche Beratung empfohlen