

# Hakenplattenosteosynthese bei lateraler Clavikulafraktur (Schlüsselbeinbruch) oder Stabilisierung des AC-Gelenks

Um den Erfolg der Operation zu gewährleisten wollen wir Ihnen Informationen und Empfehlungen zur Nachbehandlung geben. Unter Umständen kann davon aus medizinischen Gründen abgewichen werden.

**Schwellung und Schmerzen:** Um eine Schwellung im Arm zu minimieren kann ein sanftes Ausstreichen des Handrucksens und Unterarms in Richtung der Schulter helfen. Kühlen reduziert Schwellung und Schmerzen in den ersten Tagen.

Die **Lagerung der Schulter** in der Schlinge dient der Ruhigstellung und Heilung des Knochens.

Lockere Pendelbewegungen sind nach ein paar Tagen nach der Operation bereits möglich und verhindern ein Einsteifen des Schultergelenks.

Zeit nach OP	Bewegungsausmaß	Belastung / Hilfsmittel	Therapieaufbau
<b>1. - 2. Woche</b>	Lockere Pendelbewegungen Heben des Armes (Abduktion/Anteversion) bis Schulterhöhe (90°) erlaubt.  Rotation der Schulter schmerzabhängig frei möglich	Armschlinge bis zur abgeschlossenen Wundheilung für ca. 2 Wochen  Keine Belastung für 6 Wochen (max. Wasserglas anheben)	evtl. Kryotherapie (Eisanwendung) zur Schmerzlinderung, max. 10 Min. pro Anwendung in den ersten 24 h  Mobilisierung des Schulterblattes Haltungsschulung  intensive Isometrie (Spannungsübungen) - Bewegungsübungen für die angrenzenden Gelenke
<b>3. - 6. Woche</b>	Schmerzadaptiert freies Bewegungsausmaß  <b>Achtung bei Hakenplattenimplantation: kein Heben des Armes über die Schulterhöhe (90°) bei Beschwerden!</b>		aktiv- assistive und zunehmend aktive Bewegungsübungen für das Schultergelenk Üben von Gebrauchsbewegungen
<b>ab 7. Woche</b>			Üben gegen Widerstand erlaubt Autofahren in Abhängigkeit von der Funktion und Rücksprache des Arztes erlaubt
<b>Ab 4. Monat</b>	Entfernung der Hakenplatte möglich, bei Frakturversorgung Metallentfernung frühestens nach ca. 6 Monate		

Unser Nachbehandlungskonzept soll eine zeitliche Orientierung und Einstufung darstellen. Die Zeitspannen können je nach individuellem Verlauf etwas abweichen. Sprechen Sie mit dem behandelnden Arzt, falls Unklarheiten bestehen.