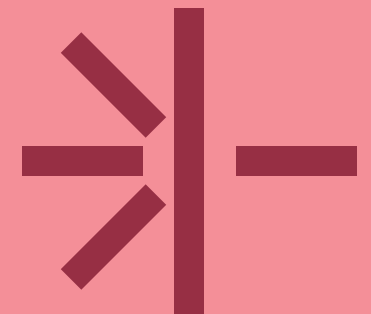


# Distale Radiusfraktur

Empfehlung für die Nachbehandlung



## Obere Extremitäten

# Distale Radiusfraktur

	0. – 6. Woche	7. – 12. Woche	13. Woche
<b>Orthese</b>	Handgelenksmanschette	Keine	Keine
<b>ROM</b>	Frei, aktiv	Frei	Frei
<b>Belastung</b>	Keine	Belastungsaufbau	Vollbelastung
<b>Physiotherapie</b>	Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Beweglichkeitsverbesserung Sensomotorisches Training	Funktionelles Krafttraining	Sportartspezifisches Training
<b>Sport</b>		Schwimmen, Nordic Walking	Fahrrad, Kontaktsportarten

Bei diesen Angaben handelt es sich um allgemeingültige Richtlinien; bitte schriftliche chirurgische Verordnung beachten. Die Sportaufnahme erst, wenn es die funktionelle Testung erlaubt und sie von ärztlicher Seite freigegeben wird. Die Erlaubnis zur selbständigen Fahrzeuglenkung wird durch den Arzt individuell festgelegt.

Alltagsaktivitäten fördern: diese sollten eine Mindestdauer von 10 Minuten haben und jeden Tag mindestens 30 Minuten durchgeführt werden (Buckley et al. 2015, Pulsford et al. 2015).