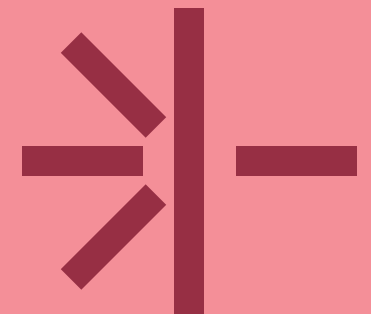


Olecranonfraktur

Empfehlung für die Nachbehandlung



Olecranonfraktur

	0. – 6. Woche	7. – 12. Woche	13. Woche
Osteosynthese	Zuggurtungsosteosynthese Plattenosteosynthese		
Orthese	Mitella ev. Ellbogenschiene		
ROM	Frei	Frei	Frei
Belastung	Keine	Belastungsaufbau	Vollbelastung
Physiotherapie	Zuggurtung: Der m. triceps brachii darf in den ersten 3 – 4 Wochen nicht gegen Hub belastet werden. Abschwellende Massnahmen Narbenmobilisation nach Fadenentfernung Aktive Beweglichkeitsverbesserung: aktiv-assistiv zu aktiven Übungen Aktives Bewegen der Nachbargelenke (Schulter, Schultergürtel, Hand) Sensomotorisches Training	Sensomotorisches Training Funktionelles Krafttraining	Funktionelles Krafttraining Sportartspezifisches Training
Sport		Schwimmen, Jogging	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).