

## Nachbehandlungsplan nach Versorgung einer proximalen Humerusfraktur mit winkelstabiler Platte

### 1. Phase: 1. – 14. Tag postoperativ

#### Passive Schulterglenksmobilisation

- Immobilisation in Schulterorthese nur bei Bedarf zur Schmerztherapie für maximal 2 Wochen
- Beübung der Schulter mittels CPM-Schiene
- ROM Ellenbogen- und Handgelenk frei

### 2. Phase: 3. – 6. Woche postoperativ

- ROM Schulter: **beschwerdeadaptierte** freie funktionelle Beübung
- **klinisch-radiologische Verlaufskontrolle beim Facharzt nach 6 Wochen**

### 3. Phase: ab 7. Woche postoperativ

- Übergang zur vollen Belastbarkeit
- Intensivierung der Bewegungsübungen

Wir wünschen Ihnen eine gute und schnelle Genesung!

Ihr Team des  
Zentrums für Orthopädie, Unfallchirurgie, Handchirurgie und Sportmedizin und  
das Team des Therapiezentrums am Klinikum Aschaffenburg-Alzenau

