



Behandlungsleitfaden

OSTEOSYNTHESE BEI CLAVICULAFRAKTUR

Grundsätzliches:

- Schulterarmfixbandage für 4 Wochen, ab 3. Woche nur nachts
- In den ersten 2 Wochen Beginn mit passiv-assistiver Mobilisation nach Schmerztoleranz, dann Übergang in active Mobilisation
- Keine Bewegung über die Horizontale, hinter den Rücken und diagonal vor den Körper für 6 Wochen
- Keine Stütz- und Zugbelastung für 12 Wochen
- Keine Überkopfsport für 4 Monate, kein Kontaktsport für 6 Monate
- **Metallentfernung ca. 18 Monate postoperativ**

DIESES SCHEMA MUSS INDIVIDUELL ANGEPASST WERDEN. VORAUSSETZUNG FÜR DEN ÜBERGANG IN DIE NÄCHSTE PHASE IST IMMER DAS ERREICHEN DER ZIELE DER VORHERGEHENDEN PHASE.

Detaillierte Nachbehandlung:

Phase 0 (präoperativ)	
ZIEL: REIZFREIHEIT, SCHMERZFREIHEIT, OP-VORBEREITUNG	
Patienteninformation: • Schonung des betroffenen Gelenks/Bereichs • Organisation aller Notwendigkeiten im beruflichen und privaten Umfeld • Metallentfernung frühestens nach 18 Monaten	Therapeuteninformation: • Lokale Stabilisation Schultergelenk (RM-Aktivierung) • Lokale Stabilisation Scapula (M.trapezius pars ascendens, M.serratus anterior) • Aufklärung zu Wundheilung und Nachbehandlungsprozessen
Wichtige Hinweise: • Physiotherapie ab 1. Tag, 1-2x pro Woche • Apparative Funktionsdiagnostik und Medizinische Trainingstherapie nach Absprache mit dem Arzt	

Phase 1 (1.-2. Woche postoperativ)	
ZIEL: REIZFREIHEIT, SCHMERZFREIHEIT, MOBILISATION	
Patienteninformation: • Schulterarmfixbandage für insgesamt 4 Wochen, ab der 3. Woche postoperative nur noch nachts • KEINE aktive Bewegung des Armes für insgesamt 2 Wochen • KEINE Bewegungen über die Horizontale, hinter den Rücken und Kreuzbewegungen am Körper für insgesamt 6 Wochen	Therapeuteninformation: • Manuelle Lymphdrainage • Passiv-assistive Mobilisation EX/FLEX 0/0/80, ABD/ADD 80/0/0, IRO/ARO frei/0/frei • Lokale Stabilisation Scapula (M.trapezius pars ascendens, M.serratus anterior) • Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) • KEINE Retroversion,



Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Praxis

Nymphenburger Straße 110
80636 München

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 Gräfelfing

Im Loh 1 | TennisBase
82041 Oberhaching

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing

Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte

WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere





ZFOS – PartG Orthopäden & Unfallchirurgen
Nymphenburger Straße 110 | 80636 München

KEINE Stütz- und Zugbelastung für insgesamt 3 Monate	- Crossbewegungen und >90° für insgesamt 6 Wochen KEINE Stütz- und Zugbelastung für insgesamt 3 Monate - Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: Manuelle Therapie an Hand, Ellenbogen, HWS und BWS
Wichtige Hinweise: - Ärztliche Kontrolle 2 Wochen postoperativ - Physiotherapie ab 1. Tag postoperativ, 2-3x pro Woche	



Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Phase 2 (3.-6. Woche postoperativ)	
ZIEL: MOBILISATION, MUSKULÄRE STABILITÄT, VERBESSERUNG DER SENSOMOTORIK	
Patienteninformation: - Schulterabduktionskissen/Schulter armfixbandage für weitere 2 Wochen nur noch nachts, dann bei Bedarf - Schmerzfreies aktives Bewegen bis zur Horizontalen freigegeben KEINE Bewegungen über die Horizontale, hinter den Rücken und Kreuzbewegungen am Körper für weitere 4 Wochen KEINE Stütz- und Zugbelastung für weitere 2,5 Monate	Therapeuteninformation: - Assitive-aktive Mobilisation EX/FLEX 0/0/90, ABD/ADD 90/0/0, IRO/ARO frei/0/frei - Lokale Stabilisation Schultergelenk (RM-Aktivierung) - Scapula-Setting - Haltungsschulung - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro) - Ganzheitliche Vorbereitung auf Belastung: Manuelle Therapie an Hand, Ellenbogen, HWS und BWS
Wichtige Hinweise: - Ärztliche Kontrolle nach 6 Wochen - Physiotherapie 2-3x pro Woche - Apparative Funktionsdiagnostik: Eingangsanalyse nach 6-8 Wochen - Beginn Medizinische Trainingstherapie nach 6-8 Wochen, 2-3x pro Woche	

Praxis

Nymphenburger Straße 110
80636 **München**

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 **Gräfelfing**

Im Loh 1 | TennisBase
82041 **Oberhaching**

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing

Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte

WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere



Phase 3 (7.-12. Woche postoperativ)	
ZIEL: HERSTELLEN DER VOLLEN BEWEGUNGSFÄHIGKEIT, KRÄFTIGUNG	
Patienteninformation: - Aktives Bewegen im schmerzfreien Bereich freigegeben - Integration in den Alltag KEINE Stütz- und Zugbelastung für weitere 1,5 Monate KEIN Überkopfsport für weitere 2,5 Monate KEIN Kontaktsport für weitere 4,5 Monate	Therapeuteninformation: - Aktive Mobilisation im freien ROM - Statische Stabilisation Rumpf und Scapula - Kräftigung HWS-, BWS-, Scapula-, Schulter- und Ellenbogenmuskulatur - Physikalische Maßnahmen (Wärme, Kälte, Elektro)



Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **nach 3 Monaten**
- Physiotherapie **1-2x pro Woche**
- Medizinische Trainingstherapie **2-3x pro Woche**

Phase 4 (ab der 13. Woche postoperativ)

ZIEL: HERSTELLUNG DER VOLLEN BELASTBARKEIT UND SPORTFÄHIGKEIT

Patienteninformation:

- **KEIN** Überkopfsport (z.B. Tennis etc.) für weiterhin 1 Monat
- **KEIN** Kontaktsport (Fußball, Handball, etc.) für weitere 2 Monate
- Wiederaufnahme Sport nach Rücksprache mit Arzt/Therapeut

Therapeuteninformation:

- Aktive endgradige Mobilisation im freien ROM
- Dynamische Stabilisation Rumpf und Scapula
- Statische und dynamische Stabilisation im Stütz
- Kräftigung HWS-, BWS-, Scapula-, Schulter- und Ellenbogenmuskulatur
- Schnell- und Reaktivkrafttraining
- Training sportartspezifischer Bewegungsmuster

Wichtige Hinweise:

- Ärztliche Kontrolle **bei Bedarf**
- Physiotherapie bei Bedarf
- Medizinische Trainingstherapie **2-3x pro Woche**
- Apparative Funktionsdiagnostik: **Kontrollanalyse nach 3-4 Monaten**

Dr.Öttl | Schulter
Dr.Kinateder | Knie
Dr.Wimmer | Knie
Dr.Mayer | Fuß, Hand
Dr.Rummel | Endoprothetik
Hr.Bolay | Wirbelsäule
PD Dr.Suren | Endoprothetik
PD Dr.Scheiderer | Schulter
Dr.Mrosek* | Sportorthopädie
Dr.Seeliger* | Orthopädie
Hr.Kossak* | Orthopädie

*angestellte FachärztInnen

Praxis

Nymphenburger Straße 110
80636 **München**

Waldstraße 7 | WolfartKlinik
82166 **Gräfelfing**

Im Loh 1 | TennisBase
82041 **Oberhaching**

089 / 1 29 20 33
anmeldung@zfos.de
sekretariat@zfos.de
www.zfos.de

Physio, Training & Testing

Nymphenburger Straße 110
80636 München
089 / 1 29 94 70
physio@zfos.de

Operations-Standorte

WolfartKlinik Gräfelfing
ZFOS – Belegabteilung
089 / 85 87-0

AOZ Aubing
Ambulantes OP-Zentrum
Mainaustraße 62

Zertifizierungen



Vereine | Verbände | Turniere

