
Delta-TEP - Superiorer Zugang

Hilfsmittel:

- 30°-Abduktionskissen für 6 Wochen

Belastbarkeit:

- 1.-4. Woche assistiv
- ab 5. Woche: aktiv
- keine Zug- und Druckkräfte f. 6 Wochen (Kein Abstützen / Tragen > 1 kg)
- ab 7. Woche Beginn mit Widerstandsübungen , aber noch keine für den vorderen Delta- Muskel
- ab 13. Woche Widerstandsübungen im freien Bewegungsausmaß

Bewegungsausmaß:

- FLEX/EXT frei/0/0 1.-4. Woche
frei/0/30 5.+6. Woche
- ABD/ADD 90/0/0
- AR/IR 40/0/60 (Hand auf Bauch) 1.-4. Woche
frei/0/gluteal (kein Schürzengriff) ab 5. Wo.
kombinierte ABD/AR (Nackengriff) ab 5. Wo.
- freies Bewegungsausmaß (inkl. Kombinationsbewegungen)
ab 7. Woche