

---

## Subscapularissehnenrekonstruktion

---

### Hilfsmittel:

- Gilchrist für 6 Wochen

### Belastbarkeit:

- assistiv 1.-6. Woche
- aktiv 7.-12. Woche
- Widerstände ab 13. Woche
- kein Einwirken von Zug- und Druckkräften, kein Stützen/Tragen für 6 Wochen

### Bewegungsausmaß:

- ABD/ADD 75/0/0 1.-4. Woche
- ABD/ADD 90/0/0 5.-6. Woche
- Flex/Ext 90/0/0 1.-4. Woche
- Flex/Ext 120/0/0 5.-6. Woche
- AR/IR 0/0/60 1.-6. Woche
- Kombinationsbewegungen (Schürzen- und Nackengriff, hohe Rotationen) für 6 Wochen nicht erlaubt

### ab der 7. Woche:

- FROM
-