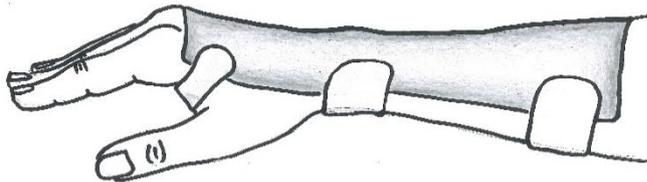


# Behandlungsleitlinie Beugesehnenverletzungen FCR/ FCU

Unfalldatum: \_\_\_\_\_ Schiene angepasst: \_\_\_\_\_ (Start Schema)



### Dorsale Handgelenksschiene:

- Handgelenk 0°
- Finger frei beweglich
- ½ Unterarmlänge

## Alle Zonen Early Active Motion nach FCU/FCR Sehnennaht

### 0 – 2. Tag

- Dorsale Gippschiene

Therapie  
stationär

- Ödembehandlung
- Kontrolle der Sensibilität
- Kontrakturprophylaxe
  - Passive und aktive Mobilisation aller nicht betroffenen Gelenke
  - Aktive Pro- & Supination, Schulter-, Ellbogenübungen

Heimprogramm

- Hochlagern des betroffenen Armes
- 4x täglich patientenspezifische Übungen durchführen

### 3. – 5.Tag

- Anpassen einer dorsalen Handgelenksschiene
  - Handgelenk 0°
  - Finger frei
  - ½ Unterarmlänge

Therapie

- Schienenkontrolle
- Verbandswechsel und Wundkontrolle
- Ödemreduktion
- Aktive und bei Bedarf passive Mobilisation der Langfinger und des Daumens in der Schiene

Heimprogramm

- Hochlagern des betroffenen Armes regelmässig
- **4-5x täglich**
  - Aktive und passive Mobilisation der Finger freifunktionell lastfrei
- **Sensory Relearning bei Nervenverletzungen**

### Ende 6. Woche

- Die Schiene darf tagsüber weggelassen werden und muss nur noch nachts und in unkontrollierten Situationen tagsüber getragen werden

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Beugesehnen Handgelenk	Handtherapie	Martina Greminger 26.04.2024	März 2024	Seite 1 / 2



**Therapie**

- Die Sehne ist übungsstabil
- Sensory Relearning weiterführen

**Achtung, verboten bis Woche 10:**

- Forcierte korrelierte Extension und Hyperextension im HG
- Abstützen, Auto fahren, Velo fahren, schweres Heben/Tragen

**Heimprogramm**

- CAM Übungen Finger
- In Flexion ist noch **kein** Widerstand erlaubt
- Aktive Handgelenksmobilisation
- Leichter Handeinsatz erlaubt bei ADL`s

**Ende 8. Woche**

- Schiene kann ganz weggelassen werden
- Sehne zunehmend belastungsstabil
- Langsamer Belastungsaufbau z.B. mit Knete starten
- Handeinsatz im Alltag steigern
- **Noch kein Abstützen auf das extendierte Handgelenk**

**10.-12. Woche**

- Beginn korrelierte passive Extension aller Gelenke inkl. Stützübungen Handgelenk
- Start volle Belastung
- Wiederaufnahme der Arbeit sowie Kontakt- und Ballsport (nach 12 Wochen)

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Beugesehnen Handgelenk	Handtherapie	Martina Greminger 26.04.2024	März 2024	Seite 2 / 2