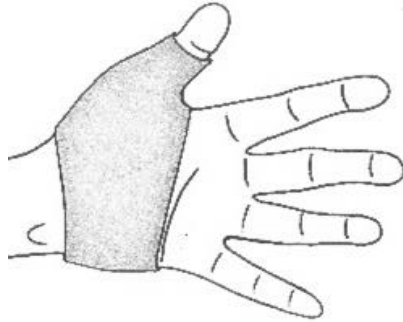


# Behandlungsleitlinie

## Ausriss ulnares oder radiales Seitenband Daumen (Skidaumen) ossär oder ligamentär

### Konservative Behandlung / Rekonstruktion

Unfalldatum: \_\_\_\_\_



#### St. Moritzer-Schiene

CMC: mittlere Abduktion und Opposition  
MP: ca. 10° Flexion  
IP: frei beweglich  
Beim Anpassen Daumenkuppe in  
Opposition zu radialer Fingerkuppe DIG II

#### 3.-5. Tag

Therapie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Anpassung St. Moritzer -Schiene</li> <li>• Ödemprophylaxe</li> <li>• Kontrolle der Sensibilität</li> <li>• Kontrakturprophylaxe:                         <ul style="list-style-type: none"> <li>- «controlled active motion» der Langfinger</li> <li>- aktive IP- Flexion &amp; Extension, bei schlechter Beweglichkeit auch assistive Mobilisation</li> <li>- Aktive Pro- &amp; Supination und Handgelenksbeweglichkeit</li> <li>- Aktive Schulter-, &amp; Ellbogenübungen</li> </ul> </li> <li>• Regelmässige Kontrolle von Gips bzw. Schiene</li> <li>• Schmerzreduktion bei Bedarf</li> </ul>
Heimprogramm	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hochlagern des betroffenen Armes</li> <li>• 4x täglich patientenspezifische Übungen durchführen</li> <li>• Achtung! Pat. Soll sich melden, wenn der Gips zu eng, eine Druckstelle entstanden ist oder sich die Sensibilität negativ verändert</li> <li>• Einsatz der Hand im Alltag für leichte Tätigkeiten</li> </ul>

#### Ende 2. Wo

Therapie	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Operative Behandlung: Fadenzug und Start Narbenbehandlung</li> <li>• Restliche Übungen wie bisher</li> <li>• <b>Wichtig:</b> auf gute IP Beweglichkeit achten, da häufig die EPL Sehne im Operationsgebiet verklebt</li> </ul>
Heimprogramm	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Narbenbehandlung</li> <li>• Restliche Übungen weiter wie bisher, v.a. IP Mobilisation</li> </ul>

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Skidaumen 2024	Handtherapie	Martina Greminger 29.04.2024	März 2024	Seite 1 / 2



**Ende 4. Wo**                      • Schiene 4x täglich für aktive Übungen entfernen

---

Therapie & Heimprogramm	<ul style="list-style-type: none"><li>• Schmerzreduktion bei Bedarf</li><li>• Beginn aktive Mobilisation des MP 1 in Extension und Flexion 4x tägl. aus der Schiene</li><li>• Narbenbehandlung</li></ul>
----------------------------	--

---

**Ende 6. Wo**                      • Schiene ganz weglassen

---

Therapie & Heimprogramm	<ul style="list-style-type: none"><li>• Beginn passive Mobilisation des Daumens</li><li>• Start Belastungsaufbau</li></ul>
----------------------------	--

---

**12. Wo**                              • Volle Belastbarkeit

---

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Skidaumen 2024	Handtherapie	Martina Greminger 29.04.2024	März 2024	Seite 2 / 2