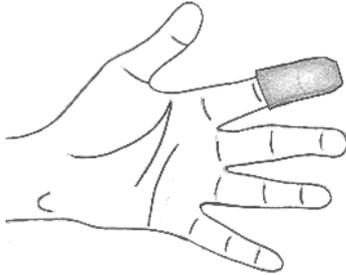


# Behandlungsleitlinie

## Strecksehnenverletzungen Zone I & II und Daumen D1 Konservativ/Operativ tenonal

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



### Stack'sche Schiene

- DIP: leichte  
Hyperextension 5-10°  
PIP: frei beweglich

#### 0-8. Woche

- Konsequente Ruhigstellung des DIP in Stack'scher Schiene in leichter Hyperextension ggf. die Schiene mit Kinesiotape am Finger befestigen

#### Therapie

- Aktive und ggf. passive Mobilisation der freien Gelenke
- Regelmässige Schienenkontrollen (alle 1-2 Wochen)
- Evtl. ödemreduzierende Massnahmen
- Ganz klare Instruktion Hautpflege und Schienenhandling (das DIP darf für 8 Wochen **nie** ohne Unterstützung gehalten werden!)

#### Heimprogramm

- Aktive Mobilisation der freien Gelenke insbesondere PIP
- Bei Compliance des Patienten selbständige Hautpflege des Fingers mit gut instruiertem Schienenhandling
- Einsatz der Hand im Alltag für leichte Tätigkeiten

#### Ab 9. Woche

- Start mit langsamer Schienenentwöhnung (bei vorheriger zirkulärer Schiene, nun Wechsel auf abnehmbare Schiene)
- Schiene in übungsfreier Zeit weiterhin konsequent tragen

#### Therapie & Heimprogramm

- Instruktion aktive Mobilisation des Fingers in Grossgriffen (z.B. Flasche oder Unterarm umgreifen) 6-8x täglich
- In übungsfreier Zeit Schiene konsequent weiter tragen

#### Ab 10. Woche

- Schiene in übungsfreier Zeit weiterhin konsequent tragen
- 6-8x täglich Schiene abnehmen und Beübung in die volle Faust
- Sollte sich im Verlauf ein **Streckdefizit von >20°** entwickeln, ggf. Neustart der Schienenbehandlung in Absprache mit dem Arzt

#### Ab 11. Woche

- Schiene nur noch nachts und bei Belastung tragen
- Leichte belastungsfreie Greifübungen (z.B. Schwamm, Raps)
- Handeinsatz für belastungsfreie Alltagsaktivitäten
- **Keine blocking exercises** über die ganze Behandlungsdauer

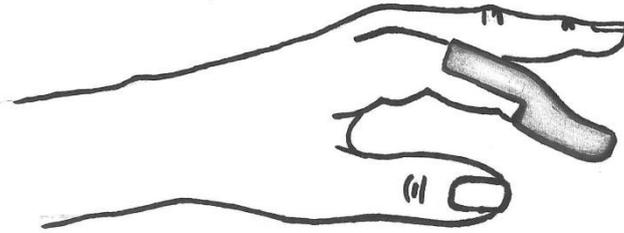
#### Ab 13. Woche

- Schiene weglassen
- Belastungsaufbau starten

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Strecksehne Zone I-II	Handtherapie	Martina Greminger 26.04.2024	14.03.2024	Seite 1 / 2

### Variante

- **bei Hyperextension des PIP** - "sekundärer Schwanenhals":
  - für 8 Wochen kombinierte Fingerschiene mit PIP-Extensionsblock auf ca 20° Flexion und DIP in Hyperextension
  - Heimprogramm 4-6 mal täglich: Schiene Höhe P1 lösen, mit PIP aktive Flexion und Extension in Schiene üben



#### Kombinierte Fingerschiene

DIP: leichte  
Hyperextension 5-10°  
PIP: Extensionsblock bei  
ca. 15°

Dateiname_Erstelldatum	Autor	Freigabe durch_am	Erstellungsdatum	Seite
Behandlungsleitlinie Strecksehne Zone I-II	Handtherapie	Martina Greminger 26.04.2024	14.03.2024	Seite 2 / 2