



Nachbehandlungsschema nach **Epikondylitis-Operation**

Verlauf	Belastung	Behandlung
Sofort	Keine	Hochlagerung des operierten Arms, auch im Liegen durch schiefe Ebene. Ruhigstellung in 90° Beugstellung des Ellebogens. Bewegungsübungen der nicht ruhig gestellten Gelenke. Ausreichend Analgetika.
2 Tage postop.	Keine	Verbandwechsel, Entfernung von evtl. einliegenden Drainagen bzw. Laschen. Aktive Bewegungsübungen der nicht ruhig gestellten Gelenke. Wiederanlegen der Schiene.
12-14 Tage postop.	Vorsichtiger Armeinsatz im Alltag ohne jegliche Kraftanstrengung.	Fädenentfernung. Weglassen der Schiene bei problemloser Wundheilung. Narbenpflege mit Fettcreme. Eigene Bewegungsübungen.
4 Wochen postop.	Vollbelastung und Kraftanstrengung wieder möglich sofern schmerzfrei.	Freie Funktion sollte erreicht sein. Ansonsten Krankengymnastik, auch mit Dehnübungen. Arbeitsversuch möglich, Abbruch bei Schmerzen. Die AU kann bis zu 6 Wochen dauern.

Grundsätzlich lehnen wir passive Streichungen im Narbenbereich wegen der Gefahr eines CRPS ab. Auch von Handübungen mit der Kompression eines Balls (Tennisball, „Igelball“ etc.) halten wir nichts, weil dies nach unserer Erfahrung eine Hyperplasie der Sehnenscheiden zur Folge hat.

Bei Problemen bitten wir um Wiedervorstellung Ihres Patienten in unserer Sprechstunde. Terminvereinbarung unter Tel.: 05751/95150, in dringenden Fällen nach telefonischer Rücksprache jederzeit.