



**Nachbehandlungsschema
von Beugesehnenverletzungen an der Hand**
(Aktiv-assistierte Beübung nach dem Augsburger Protokoll)

Stand: Dezember 2022



<p>Schienenanlage</p>	<p>Anlage in einer speziellen dynamischen Schiene („Kleinert-Schiene“, 0-Gradstellung im Handgelenk) mit passivem Federzug und Anleitung durch unsere Physiotherapeuten.</p> <p>Die Schiene muss für 6 Wochen Tag und Nacht getragen werden!</p> <p>Ohne Schiene Sehenschutzhaltung einhalten (s. Bild 1): Beugung im Handgelenk ca. 20°, die Finger locker fallen lassen.</p>
<p>1.- 6. Woche nach OP</p>	<p>Eigene Beübung <u>IN DER SCHIENE</u>:</p> <p>Alle 1-2 Stunden 10 Bewegungs-Zyklen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Aktive Streckung und passive Beugung (Federzug) der Finger. - Mittelgelenke müssen komplett gestreckt werden, ggf. mit Hilfe der gesunden Hand (wichtig!). - Besteht nach ca. 2 Wochen noch keine vollständige Streckung in den Gelenken => DRINGENDE Vorstellung in der Sprechstunde! <hr/> <p>Eigene Beübung <u>OHNE SCHIENE</u>:</p> <p>2 x täglich (morgens und abends) je 10 Bewegungszyklen:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Alle Finger mit der gesunden Hand passiv in die Faust bringen (Bild 3). - Helfende Hand lösen und Faust 1-2 Sek. aktiv ohne Kraft halten (Bild 4) - Danach sofort wieder locker lassen. - Alle Finger aktiv strecken. - Dabei Grundgelenke in Beugestellung halten. (Bild 2) - Dieses für 1-2 Sekunden aktiv halten, dann sofort locker lassen.
<p>6.-8. Woche nach OP</p>	<p>Abnahme der Schiene nach 6 Wochen.</p> <p>Beginn mit vorsichtiger aktiver Beugung der Finger bis zum Faustschluß ohne Belastung (es dürfen keine schweren Dinge gehalten oder getragen werden). Alltagstätigkeiten sind zunehmend erlaubt.</p>
<p>8.-12. Woche nach OP</p>	<p>Aktive Beübung der Finger mit langsam zunehmender Belastung. Arbeitstätigkeit ist nur mit leichter bis mittlerer Belastung erlaubt.</p>
<p>12. Woche bis 6 Monate nach OP</p>	<p>Arbeitstätigkeiten mit schwerer Belastung sind nun ebenfalls möglich. Sehr schwere Tätigkeiten (z.B. Umzug) sind erst nach 6 Monaten möglich. Bis dahin besteht noch eine Gefahr für die genähte Sehne.</p>

Die Sehnen an Handgelenk und Finger sind für die aktive Bewegung der Gelenke zuständig. Daher muss eine Sehne, die nach einer Verletzung genäht wurde vor unkontrollierten aktiven Bewegungen geschützt werden. Ansonsten kann es zu einem Riss der genähten Sehne kommen, der eine erneute Operation notwendig macht.

Es muss daher ein spezielles Nachbehandlungsschema eingehalten werden. Ggf. war bei dem operativen Eingriff auch eine Versorgung anderer verletzter Strukturen notwendig (z. B. Nerven, Gefäße, Knochen). Ob diese Verletzungen Einfluss auf die Nachbehandlung haben, werden wir gerne mit Ihnen besprechen.

Während der Nachbehandlungsphase wird eine unterstützende krankengymnastische Übungsbehandlung durchgeführt. Die Dauer und der Umfang richten sich jeweils nach Ihren individuellen Erfordernissen.

Das Team der Handchirurgie wird Sie während der gesamten Nachbehandlung begleiten und steht für Fragen jederzeit gerne zur Verfügung:

Werktags 8.00 bis 16.00 Uhr telefonisch erreichbar: 0821-400-3904

in Notfällen telefonisch erreichbar: 0821-400-3885

Bild 1: Sehnenschutzstellung

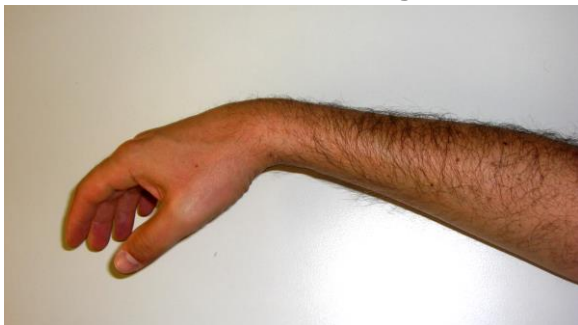


Bild 2: aktive Fingerstreckung

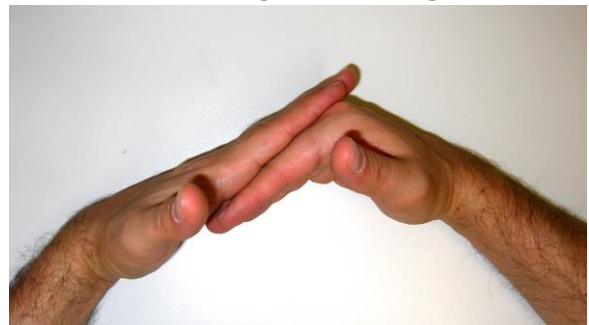
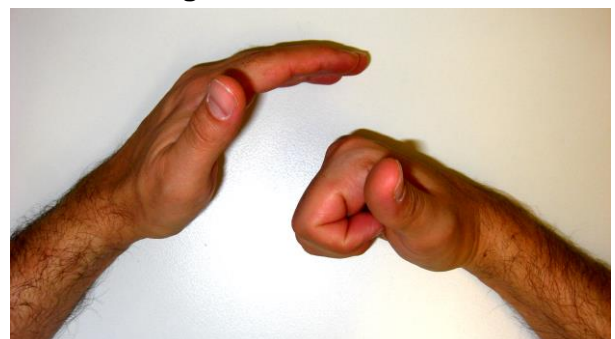


Bild 3: passiver Faustschluß



Bild 4: aktiv gehaltener Faustschluß



Wir wünschen Ihnen eine erfolgreiche Genesung!

Ihr Team der Hand- und Plastischen Chirurgie