



Gelenk- und Wirbelsäulen-Zentrum Steglitz

Medizinisches Versorgungszentrum für Orthopädie, Unfallchirurgie, Physikalische Medizin und Neurochirurgie

SUBACROMIALE DEKROMPRESSION (ARTHROSKOPISCH ODER OFFEN)

ACROMIOCLAVIKULARRESEKTION (ARTHROSKOPISCH ODER OFFEN)

1.-2. Woche:

- Ruhigstellung: Schulterabduktionsschiene (SAS 15°) für 2 Tage
Allg.: NSAR, Kühlung, bei Bedarf Lymphdrainage,
5 Tage Thromboseprophylaxe
- Übungen:
- Passive Bewegungsübungen des Schultergelenkes in alle Bewegungsrichtungen bis zur Schmerzgrenze, keine Bewegungslimits
 - Traktionsbehandlung, Haltungsschule, Kryotherapie, Massage
 - Schulterbewegungsstuhl bei Bedarf
 - Mobilisation Schulterblatt, SC- und AC-Gelenk

3.-4. Woche:

- Übungen:
- Aktiv-assistive Bewegungsübungen in alle Bewegungsrichtungen
 - Elektrotherapie, Wärmeanwendungen (Fango oder heiße Rolle)
 - Manuelle Gleitmobilisation nach inferior, ventral und dorsal
 - Dynamisch zentrierende Übungen
 - ggf. Schulterbewegungsstuhl und Bewegungsbad

5.-12. Woche:

- Übungen:
- Manuelle Therapie mit endgradiger Kapseldehnung
 - Exzentrisches und konzentrisches Rotatorentaining
 - Dynamisch-zentrierendes Rotatorentaining
 - Allgemeines Muskelaufbautraining, Ausdauer und Ausgleichstraining
 - Sportartspezifisches Training ab der 12. Woche

Dr. med. Damian Görner

Dr. med. Volker Laute

Kieler Straße 1
12163 Berlin-Steglitz

Tel. 030 - 79 74 27 50
Fax 030 - 79 74 27 59

praxis@gwz-steglitz.de
www.gwz-steglitz.de

Dr. med. Damian Görner
Facharzt für Orthopädie
und Unfallchirurgie
- Rheumatologie -

Dr. med. Volker Laute
Facharzt für Orthopädie
und Unfallchirurgie
- Kinderorthopädie -

Spezielle Sprechstunden

- Kniesprechstunde
- Schultersprechstunde
- Wirbelsäulensprechstunde
- Fußsprechstunde
- Operationssprechstunde
- Kindersprechstunde
- Privatsprechstunde

Spezielle Untersuchungstechniken

- Digitales Röntgen
- Sonographie
- KT-1000-Messung
- Laufbandanalyse
- EMG-Messung
- 3D-WS-Vermessung

Spezielle Behandlungstechniken

- Arthroskopische Operationen
- Kniegelenkschirurgie
- Schulterchirurgie
- Wirbelsäulenchirurgie
- Minimalinvasive Wirbelsäulenthherapie
- Fußchirurgie
- Ambulante Operationen
- Chirotherapie
- Akupunktur
- Magnetfeldtherapie
- Hyaluronsäuretherapie
- Stoßwellentherapie
- Hochtontherapie
- Lasertherapie
- Orthokinetherapie

Operative Standorte

- Krankenhaus Waldfriede
- Zentralklinikum Emil v. Behring
- St. Marien Krankenhaus
- St. Joseph Krankenhaus
- AOZ Spindelmühlerweg
- Privatklinik Clinica Vita
- Universitätsklinikum Benjamin Franklin
- Bethel-Krankenhaus