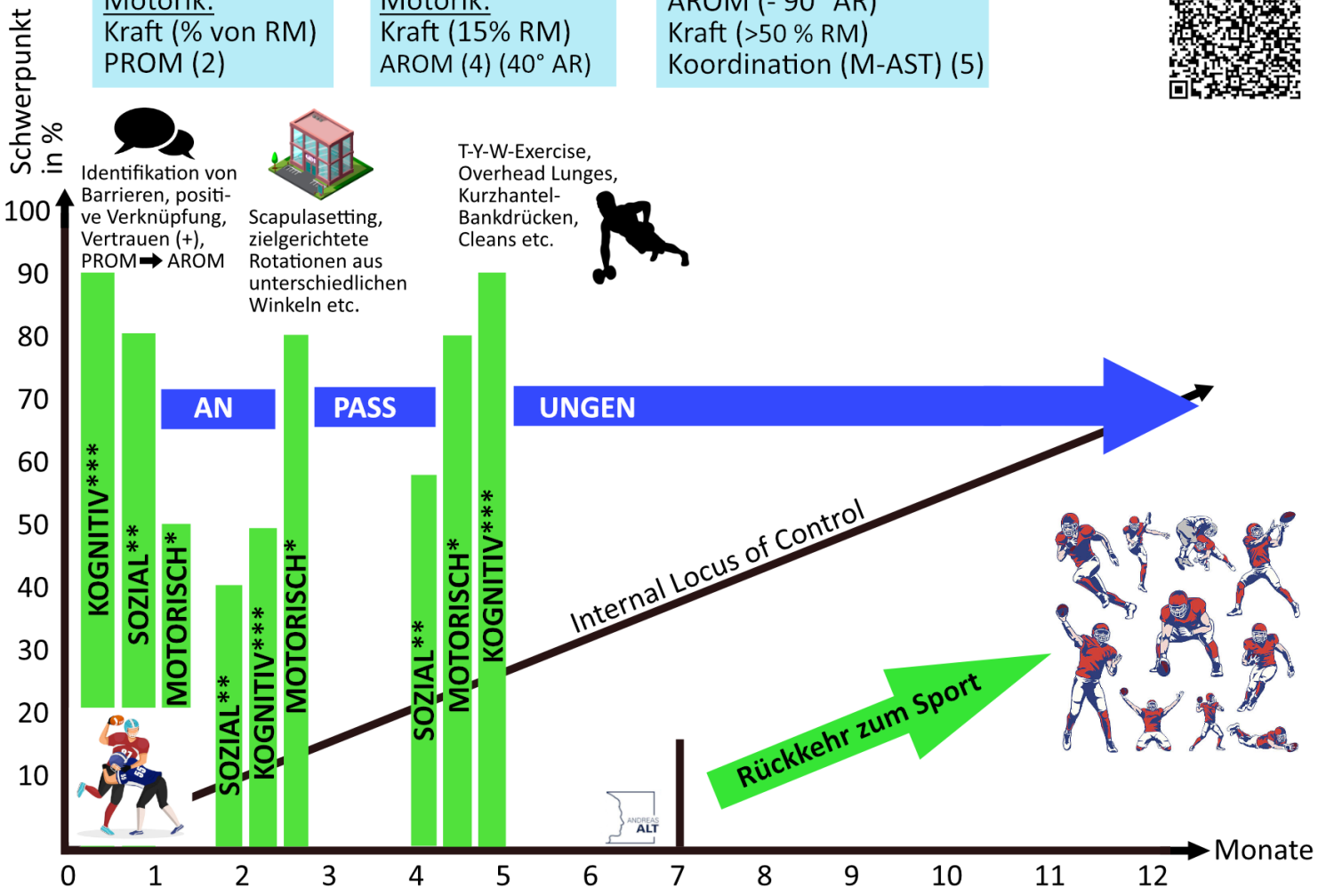
Therapieverlauf nach Rotatorenmanschettenruptur - ein Überblick

Tests (Beginn)
Fragebogen:
QuickDASH,
SIRSI (1)
Motorik:
Kraft (% von RM)
PROM (2)

Tests (Verlauf)
Fragebogen:
SIRAS (3), Quick DASH, SIRSI
Motorik:
Kraft (15% RM)
AROM (4) (40° AR)

Tests (Ende)
Fragebogen:
SIRAS, QuickDASH, SIRSI
Motorik:
AROM (- 90° AR)
Kraft (>50 % RM)
Koordination (M-AST) (5)

Empfehlung



1) QuickDash = Shoulder, and Hand Questionnaire - short version ➡ Behinderung (Angst et al., 2011), SIRSI = Shoulder Instability-Return to Sport after Injury ➡ psychol. Bereitschaft (Gerometta, 2018)

2) PROM = passive range of motion (Sciarretta et al., 2023)

3) SIRAS = Sport Injury Rehabilitation Adherence Scale (Furlong und Hall, 2024)

4) AROM = active range of motion (Sciarretta et al., 2023)

5) Koordinationstest, z.B. Single Arm Hop Test, Upper Limb Rotation Test (Otley et al., 2022), Modified-Athletic Shoulder Test (Tooth et al., 2022)

*** Kognitiv = Aufklärung, Vertrauensentwicklung, Identifikation von Barrieren etc.
** Sozial = Unterstützung (Angehörige), Förderung Partizipation und Rückkehr zum Sport, Job etc.
* Motorisch = Förderung Mobilität, Bewegungskontrolle, Koordination, Kraft etc.

Die zeitliche Strukturierung kann von den angegebenen Zeiten **abweichen**, da die **individuellen Zustände** zu beachten sind. Die **nicht-betoffene** Seite sollte von Anfang an im Rahmen des **funktionellen Kraft**- und **Koordinationserhalts** "voll" trainiert werden (allgemeine Risken, wie z.B. Stürze, ausschließen) (Sciarretta et al., 2023).