

Klinik für Unfallchirurgie,  
Orthopädie und Plastische Chirurgie

## Nachbehandlung nach Strecksehnnennaht

Das Schienensystem ermöglicht die Beübung der betroffenen Finger mit passiver Streckung und aktiver Beugung. Durch diese Bewegungsübungen soll Verklebungen und Vernarbungen vorgebeugt werden und eine gute Funktionalität erzielt werden.

### 1. bis 2. Tag:

- Am 1. und 2. Tag nach OP erfolgt eine Ruhigstellung in einer Gippschiene/Böhlerschiene, dann Anlage einer Kleinert-Invers-Orthese

### 1. bis 6. Woche:

- In der Kleinert-Invers Orthese wird das Handgelenk in Neutralstellung fixiert. Eine aktive Beugung sollte so weit wie möglich durchführbar sein.
- Eine Feder mit Aufhängung zieht die operierten Finger in Streckstellung, der Patient kann die Finger aktiv beugen.
- Keine aktive Streckung der betroffenen Finger
- Tragen der Orthese Tag und Nacht
- Alle Übungen sollen bis an die Schmerzgrenze durchgeführt werden.
- Am Tag:
  - stündlich 10 x aktive Fingerbeugung (bis zur vollständigen Beugung) und passives Strecken über die Feder
  - Gesunde Finger werden ohne Anstrengung mitbewegt.
  - Regelmäßiges aktives endgradiges Bewegen von Ellenbogen und Schulter
- In der Nacht:
  - Finger in Streckstellung belassen
- 2-3 x wöchentlich Physiotherapie mit Abnahme der Schiene und passiver Beugung und Streckung des Fingers sowie Durchbewegung des Handgelenkes

### 7. bis 10. Woche:

- Keine Orthese
- Beginn mit aktiver Streckung der Langfinger. Ziel ist eine freie Streckung und Beugung bis zur vollen Streckung ohne Belastung. Physiotherapie weiterhin 2-3 x die Woche
- KEIN forciertes Faustschluss
- KEIN Abstützen, Auto fahren, Radfahren, schweres Tragen

### 10. bis 12. Woche:

- Ab der 10. Woche nach OP zunehmender Belastungsaufbau bis zur Vollbelastung ab der 12. Woche
- Beenden der Therapie am Ende der 12. Woche