

Nachbehandlung „Carpaltunnel-Spaltung“

	Physiotherapie	Medikation	Orthese	Eigenübungen
1.-2. Woche	Keine	Ibuprofen 600mg Tbl. 1-1-1 Novalgin 500mg Tbl. b.B.	Dorsale CTS-Schiene Tag und Nacht bis zur Fäden-Entfernung, Abnahme nur zur vorsichtigen Körperpflege	keine
3.-4. Woche	Keine	Novalgin 500mg Tbl. b.B.	CTS-Schiene tagsüber schrittweise weglassen, nachts weiter tragen	Fingerstreckung und -beugung, Handgelenkstreckung und -beugung, Kreisen der Handgelenke (alles 3xtgl, jeweils 15 Minuten)
5.-6. Woche	Ggf. Bindegewebsmassage, Narbenmobilisation, Erlernen von eigenen Übungen	Nur noch bei Bedarf	CTS-Schiene nur noch nachts	Weitere Bewegungsübungen nach Anleitung der Physiotherapie
ab 7-8. Woche	Fortführung, Erlernen von eigenen Übungen	Ggf. Cortison-Schema nach Verordnung des Arztes	Keine	Übergang zur alltäglichen Vollbelastung
9.-10. Woche	Keine	Nur noch bei Bedarf oder Verordnung durch den Arzt	Keine	Wiederaufnahme von Sport