

Patienten Info !

Schulterluxation

Anatomie - Was ist eine Schulterluxation?

Das Schultergelenk besteht zum einen aus dem Oberarmknochen (Humerus), zum anderen aus dem Schulterblatt (Scapula). Die Knochenenden werden von einer Gelenkkapsel umgeben. Die Gelenkkapsel und die umliegende Muskulatur (Rotatorenmanschette) stabilisieren das Gelenk. Verschiebt sich der Oberarmkopf gegenüber dem Schulterblatt, spricht man von einer Subluxation (Teil -Verschiebung) oder Luxation (vollständige Verschiebung).

Pathologie – Wie entsteht eine Luxation?

Eine Luxation entsteht fast immer traumatisch. Hierbei kann der Oberarmknochen gegenüber dem Schulterblatt nach vorne, hinten oder unten verschoben werden. Sie braucht immer eine ärztliche Behandlung. Hierbei wird der Knochen zurück in seine ursprüngliche Position versetzt (Reposition). Manchmal tritt diese Verletzung häufig und schon bei einer geringen Krafteinwirkung auf (habituelle Schulterluxation).

Diagnose – Wie stellt man eine Schulterluxation fest?

Röntgenaufnahmen ermitteln die genaue Position der Knochen. Die Diagnose der Subluxation ist schwieriger und wird häufiger übersehen. Mit einer speziellen klinischen Untersuchungstechnik lässt sich die Diagnose jedoch einfach feststellen.

Therapie – Wie behandelt man eine Schulter(sub)luxation?

Reposition

Die Einrenkung erfolgt in einigen Fällen unter einer Kurznarkose.

Patienten Info !

Dosierte Ruhe

Mittels einer speziellen Bandage wird der Arm ruhiggestellt. Hierdurch können die verletzten Strukturen verheilen. Während dieser Phase darf der Arm häufig nur von einem Therapeuten bewegt werden.

Schmerzlinderung

Hierzu geeignet sind Massagetechniken und physiotherapeutische Anwendungen wie Strombehandlung, Wärmetherapie usw.

Mobilisation

Haben sich die Strukturen genügend erholt, wird der Arm wieder bewegt nach den Regeln der manuellen Therapie.

Kräftigung

Durch die Verletzung entsteht schnell eine Muskelschwäche. Diese sollte mittels Kräftigungsübungen ausgeglichen werden. Je nach Richtung der Luxation sollten genau die geeigneten Muskelgruppen extra trainiert werden.

Koordination

Wichtig ist, dass die Schulter schnell auf Umstände des Alltags oder im Sport trainiert wird. Hierbei werden Übungen gegeben, die die Schulter auf die verschiedensten Situationen vorbereitet.

Komplikationen

Komplikationen wie Nervenverletzungen oder Gefäßverletzungen treten kaum auf.

Prognose

Die Prognose ist gut. Nur bei Fällen, in denen die Schulter regelmäßig luxiert, wird eine Operation in Betracht gezogen.