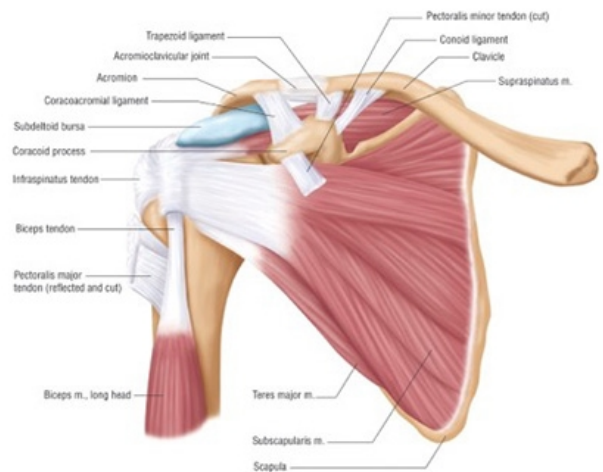


# Beleid na een schouderoperatie

Patiëntensticker	Gelre ziekenhuizen Afdeling Orthopedie
	Datum: .....

## Wat heeft er plaatsgevonden tijdens de operatie?

- Verwijderen slijmbeurs (Bursectomie)
- Sleutelbeen correctie (Laterale clavicula resectie) of Mumfordprocedure
- Doornemen van de lange bicepspees
- Vastzetten van de lange bicepspees
- Herstel operatie manchetspiers van de schouder (Rotator cuff repair)
- Herstel kraakbeenrand/ instabiliteit van de schouder (Labrum repair / Bankart repair / Latarjet )



## Wat mag er na de operatie?

- Na het verwijderen van de slijmbeurs, sleutelbeen correctie en/of doornemen van de lange bicepspees krijgt u 2 weken een sling. Op geleide van de pijn mag u uit de sling bewegen zonder dat u bewegingen boven het schouder niveau maakt. U mag geen kracht tegen een weerstand leveren. Minimale krachtleveringen als een kopje koffie optillen mag wel.
- Na een hersteloperatie van de manchetspiers (cuff) en/of een hersteloperatie van de instabiliteit van de schouder (labrum letsel) krijgt u 6 weken een mitella (Actimove). U mag de pols en elleboog bewegen. Ook mag u een paar keer per dag de schouder uit de mitella naar beneden laten hangen en kleine rondjes draaien op geleide van de pijn. U mag geen bewegingen naar de zijkant maken en ook geen kracht leveren.

**Na 2 weken volgt een poli afspraak. Over 1 week start u met de fysiotherapie.**