

Schultersteife („Frozen shoulder“) - Konservative Therapie -

Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient,

Eine durch Kapselschrumpfung ausgelöste Bewegungseinschränkung der Schulter wird als "Schultersteife" oder "Frozen shoulder" bezeichnet. Zunächst stehen Schulterschmerzen im Vordergrund die zur zunehmenden Schonung des betroffenen Armes führen. In Kombination mit der Entzündung kommt es zu einer hochgradigen Kapselschrumpfung, welche die Beweglichkeit des Schultergelenkes weiter einschränkt. Dabei sind meist zuerst die Einwärtsdrehung, dann die Auswärtsdrehung und zuletzt die Seit- und Vorhebung des Armes betroffen.

Bei Ihnen ist oben genannte Erkrankung der Schulter fest gestellt worden, die zunächst konservativ therapiert wird, um die Wiederherstellung der schmerzfreien Beweglichkeit des Schultergelenkes zu erreichen. Diese Behandlung erfolgt mit der oralen „Kortison-Stufentherapie“ über insgesamt fünf Wochen. Erst nach Abschluss dieses Stufenschemas empfehlen wir die Aufnahme der Physiotherapie/Krankengymnastik im schmerzfreien Bereich.

Die Tagesdosis der Tabletten, die an Ihr Körpergewicht angepasst wird, können Sie an folgender Tabelle ablesen:

Prednisolon je kg Körpergewicht	bei 70 kg Körpergewicht entspricht dies z.B.	bei 100 kg Körpergewicht entspricht dies z.B.
Tag 1 - 7: 0,5 mg	35 mg Prednisolon	50 mg Prednisolon
Tag 8 - 14: 0,375 mg	25 mg Prednisolon	35 mg Prednisolon
Tag 15 - 21: 0,25 mg	15 mg Prednisolon	25 mg Prednisolon
Tag 22 - 28: 0,125 mg	10 mg Prednisolon	15 mg Prednisolon
Tag 28 - 35: 0,063 mg	5 mg Prednisolon	5 mg Prednisolon

Zusätzlich empfehlen wir einen Magenschutz.

Bei folgenden Erkrankungen konsultieren Ihren Hausarzt vor der Einnahme: Schwer einstellbarer Bluthochdruck, schwere Herzinsuffizienz, Diabetes mellitus, Immunsuppression, Osteoporose.

Folgende Nebenwirkungen können auftreten: Mundtrockenheit, selten Überempfindlichkeitsreaktionen, Appetit- u. Antriebssteigerung, Manifestation einer latenten Epilepsie, Erhöhung des Arteriosklerosisrisikos, mäßige Leukozytose, Lymphopenie, Eosinopenie, Polyglobulie.

Lässt sich das Ziel der Behandlung nicht mit konservativen Maßnahmen erreichen, sollte die geschrumpfte Gelenkkapsel arthroskopisch (geschlossen über eine Schulter Spiegelung) gezielt gelöst, durchtrennt und geweitet werden.

Bitte stellen Sie sich in 6 Wochen zur Kontrolluntersuchung wieder bei uns vor. Gute und baldige Genesung wünscht Ihnen ihr ORTHOmedic Schulterteam

Prof. Dr. M. Schofer