

Informationen zum praktischen Ablauf

Zu Ihrer Behandlung benötigen Sie ein Handtuch, ggf. Sportkleidung und Sportschuhe. Wir bitten Sie schon 15 Minuten vor dem eigentlichen Behandlungsbeginn vor Ort zu sein. Planen Sie bitte auch Zeit für die Parkplatzsuche ein.

- Behandlungsbeginn innerhalb von 3 - 4 Tagen
- Für jeden Patienten sind alle Leistungen auch über die gesetzlichen und privaten Krankenkassen auf Rezept des niedergelassenen Arztes möglich.
- Leistungen auch ohne Rezept (im Rahmen des sektoralen Heilpraktikers)

**Unsere aktuellen Öffnungszeiten
finden Sie hier:**



**Physiotherapeutisches
Zentrum Flemingstraße**
Klinikum Chemnitz
12. Etage

**Buslinie 31 - Halte-
stelle direkt vor dem
Klinikhaupteingang**

☎ 0371 333-52200
✉ physio.fs@poliklinik.de
www.poliklinik.de

📍 Flemingstraße 2
09116 Chemnitz



Physiotherapeutisches Zentrum Flemingstraße

Frühfunktionelle Handrehabilitation
(Phasenmodell nach Belastbarkeit)



Frühfunktionelle Handrehabilitation

Nach Einzelfallgenehmigung der Berufsgenossenschaften.

Die Frühfunktionelle Handrehabilitation nach komplexeren Verletzungen sowie nach Operationen an Fingern, Händen oder Unterarmen ist eine **Funktionsorientierte Rehabilitation**. Ein Ansatz, bei dem die spezifischen Funktionen der gesamten oberen Extremität, die für den Alltag und die berufliche Tätigkeit wichtig sind, gezielt trainiert und schnellstmöglich wiederhergestellt werden.

Dazu haben wir das Konzept der „Frühfunktionellen Handrehabilitation nach Belastbarkeit“ in einem Phasenmodell konzipiert.

Phase der Entlastung: Diese Phase dient der Sicherung des Operationsergebnisses. Die Hand wird primär noch entlastet bzw. teilweise ruhiggestellt. Sanfte Mobilisation sowie passives und aktives Bewegen erhalten die Beweglichkeit und vermeiden Verwachsungen und grobe Funktionsstörungen der Finger.

Beginnende Belastungsphase: In dieser Phase wird die Funktion der verletzten Strukturen schrittweise erweitert. Das Ziel ist es, die Hand wieder an Belastungen zu gewöhnen und die volle Belastbarkeit anzustreben. Der Rehabilitationsplan wird sukzessive durch Ergotherapie, physikalische Therapie oder Medizinische Trainingstherapie erweitert.



Vollbelastungsphase: Es erfolgt eine Anpassung der Therapieinhalte und -intensität an die individuellen Fortschritte und Bedürfnisse der Patient*innen, so dass sie auch koordinativ und kräftemäßig anspruchsvolle Bewegungen und Aufgaben ausführen können. Auch die kardiovaskuläre Ausdauer (allgemeine Fitness) wird trainiert. Ziel dieser Phase ist es, den spezifischen Anforderungen in Beruf und Alltag gerecht zu werden und die Arbeitsfähigkeit wieder zu erlangen.

Die Phase 3 ist somit eine zeitlich intensive Phase zum Training der motorischen Grundeigenschaften. Die Professionen Physiotherapie, Ergotherapie, Arbeitsplatzbezogene Therapie und Medizinische Trainingstherapie sind hier obligatorisch.

Arbeitsplatzspezifische Belastung: Zur Konditionierung von Restdefiziten, primär der motorischen Fähigkeiten, wie Kraft, Ausdauer, Koordination, Schnelligkeit, Dehnfähigkeit, ist in der 4. Phase eine nochmalige Steigerung des Zeit- und Intensitätsumfangs, fokussiert auf die beruflichen Anforderungen der gesamten oberen Extremität, möglich. Vorzugsweise kommt die Phase 4 für Patienten, die keine Arbeits- und Belastungserprobung an ihrem Arbeitsplatz durchführen können zum Einsatz.

