

Aktivering af håndledsextension med BR til ECRB

Brachioradialis flyttes til extensor carpi radialis brevis

Uge 1 og 2

Høj vinklet gips med albuen holdt i 90 grader. Vedligeholdelse af fingerbevægelighed. Efter 14 dage afbandagering på Rh med anlæggelse af lang håndledsskinne.

Uge 3 til 6

Passive udstrækningsøvelser til fuld ekstension og 30 graders fleksion. Aktive ubelastet ekstensions og fleksions øvelser, første uge med ophævet tyngdekraft (underarm kantstillet).

Til konvertering af BR til aktiv håndledsextensor skal trænes med fikseret albue i 90 grader samtidig med aktivering af BR.

Wristlacer (eller intrinsic plus skinne) bruges som natskinne

Uge 7 til 12

Skinne aftages i siddende stilling, bruges ved mobilisering. Fortsat brug af håndleds ekstenderende natskinne. Træning med stigende belastning og moderat belastning ved passive fleksionsøvelser uden fleksionsbegrænsning.

Efter uge 12

Fuld belastning. Seponering af skinne og brug af vanlige skinner efter behov.