

Fallvorstellung

MAN S Z

Stabilisierungsfunktion

Peripheres Gelenk

Dr. med. Rubén Oliver, Allgemeine Innere Medizin, SAMM, SEMS
Medbase Wetzikon - Permanence Zürich



Fall: 35j., Gruppenleitung Hotellerie, Kraftsportler

Vorgeschichte

Macht seit vielen Jahren Krafttraining

Erstmalige Episode von Schulterschmerzen links 2017

Abklingen der Beschwerden nach Physiotherapie mit Aufbautraining

Aktuell

Patient klagt über konstante Schulterschmerzen links VAS 3/10

Beim Bankdrücken intensiver Schmerz mit Ausstrahlung in den Nacken und linken Arm bis zur Hand

Anamnese

- **Arbeit:** Leichte körperliche Arbeit, keine direkte Verschlechterung
- **Sport:** Ganzkörper-Krafttraining Training 2-3 pro Woche (Hypertrophie-Training), eine Trainingseinheit dauere 1.5-2h
- **Supplemente:** Keine Anabolika, Eiweiss-Präparate (Whey Protein, Instant Oats)
- **Bisherige Therapien:** FMT habe geholfen

Klinische Untersuchung

- Muskulöser Typ, leichte Kopf- und Schulterprotraktionshaltung
- Segmentale Dysfunktion C7-Th1 mit positiver Provokation pa und pa-rotatorisch, Dysfunktion 1. Rippe links
- Schulteruntersuchung: Normale Schulterbeweglichkeit ohne Kraftminderung in IRO/ARO und Jobe-Test
- Positive pa-Translation der linken Schulter, Sulcus-Sign pos.

Verminderte Scapula-Stabilisationsfähigkeit links

Untersuchung





Beurteilung

**Insuffiziente Stabilisierungsfähigkeit Scapula links
- mit Dysfunktion der Rhomboideus – Serratus Pars
Inferior-Schlinge**

Konsekutiv

- Dysfunktion cervico-thorakaler Übergang und obere Thoraxappertur
- Überlastung der seitlichen Halsmuskeln (Mm. scaleni)

Behandlung 1. Rippe, CTÜ, Scapularelease



Stellungs-/ Bewegungskontrolle Skapula



Verlauf

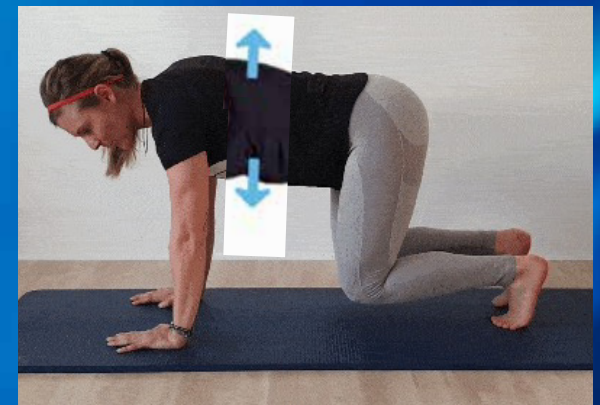
Kontrolle nach 1 Woche

- Nackenbeschwerden gebessert, CT1. Rippe und CTÜ frei, myofasziale Befunde anhaltend

Vorgehen

- Motivation zur Weiterführung der Skapulastabi-Übungen und einer aktiven wie passiven BWS-Mobilisation und Aufrichtung

Heimübungen



Take Home-Messages

Periphere Stabilisierungsfunktion der Schulter

- Skapulakontrolle: Haltungs- und Bewegungskontrolle
- Gelenkszentrierung durch die Rotatorenmanschette
- Aktive BWS-Aufrichtung !

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



medbase
SPORTS MEDICAL CENTER

 **PERMANENCE**
HAUPTBAHNHOF

