

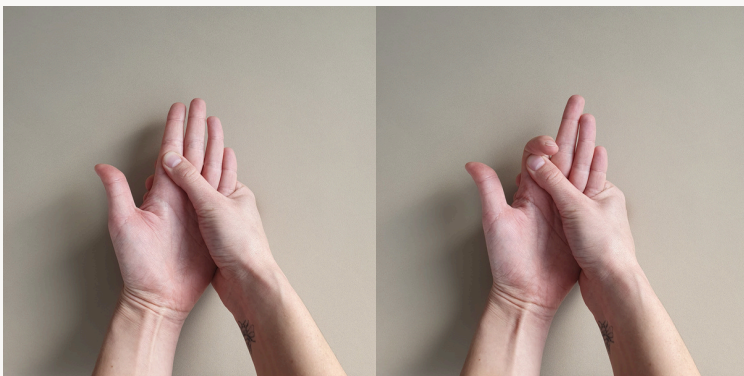
Um Risiken zu vermeiden, führen Sie die folgenden Übungen bitte erst nach Rücksprache mit ihrem behandelnden Therapeuten/Therapeutin durch.



Übungsprogramm nach OP bei M.Dupuytren



Finger strecken und beugen



Mittelgelenk beugen und strecken. Die andere Hand fixiert den Finger unter dem Mittelgelenk.

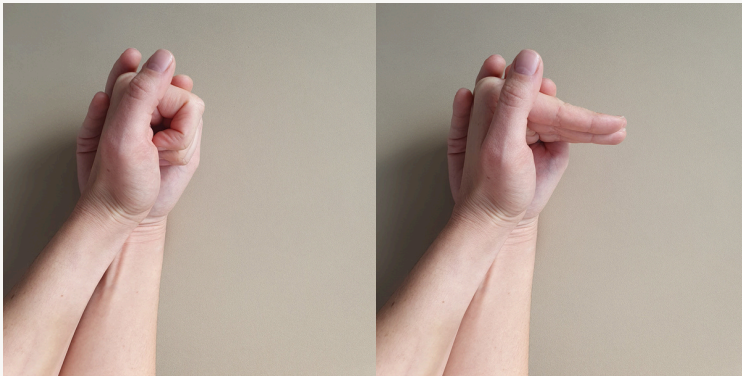


Endgelenk beugen und strecken. Die andere Hand fixiert den Finger unter dem Endgelenk.

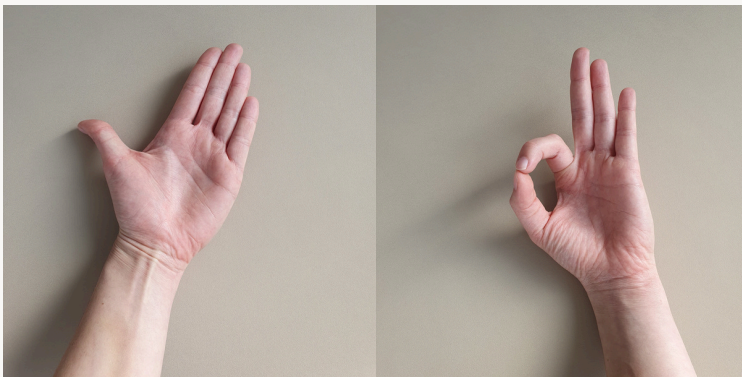
Um Risiken zu vermeiden, führen Sie die folgenden Übungen bitte erst nach Rücksprache mit ihrem behandelnden Therapeuten/Therapeutin durch.



Übungsprogramm nach OP bei M.Dupuytren



Grundgelenke in gebeugter Stellung mit der anderen Hand fixieren. Mittelgelenke maximal beugen und strecken.



Mit der Daumenspitze die Fingerspitzen einzeln berühren. Dazwischen jeweils die Finger strecken.



Finger strecken

Krallen

Faust

flache Faust

Finger strecken,
Grundgelenke
beugen