

Indicatie: Anatomische schouderprothese

Aantal sessies: 30

Sessies per week: 3

Nomenclatuurnummer operatie: 286624N588

Tenzij anders vermeld, wordt de kinesitherapie opgestart 3 weken na de operatie.

Immobilisatie:

Ter bescherming van het subscapularis herstel wordt een adductieverband gedragen voor 6 weken. Dit verband mag tijdens deze periode verwijderd worden om te oefenen. Na 6 weken mag dit verband volledig achterwege gelaten worden en is graduele hervatting van ADL toegestaan.

Rehabilitatie

Doel eerste 6 weken is het beschermen van het chirurgisch herstel, het bevorderen van dynamische stabiliteit en proprioceptie en het verminderen van pijn en inflammatie.

* Eerste 6 weken:

- Hand, pols en elleboog mobilisaties
- Pendeloefeningen en axillaire hygiëne
- Scapula stabiliserende oefeningen
- Gradueel passieve mobilisaties binnen de pijngrenzen
- Progressieve actief geassisteerde oefeningen
- Geen actieve exorotatie > 0°

Doel 6 tot 12 weken is het herwinnen van ROM, versterken van neuromusculaire controle met aandacht voor het beschermen van de integriteit van het chirurgisch herstel.

* Na 6 weken:

- Proprioceptief
- Progressie ADL gebruik van de schouder
- Progressief volledige passieve & actieve mobilisaties
- Scapula en glenohumeraal stabiliserende oefeningen
- Scapulaire krachtsoefeningen

Doel na 3 maanden is het bekomen van normale functionele activiteit en verbeteren van musculaire sterkte, kracht en uithouding.

* Na 3 maanden:

- Krachtoefeningen
- Rotator cuff versterkende oefeningen
- Krachtraining deltoïd