

Prothesechirurgie van de schouder

Voorschrift revalidatie na prothesechirurgie van de schouder

Naam:

Geb. datum:

Diagnose:

- Hemi-arthroplastie:** (enkel de beschadigde humeruskop wordt vervangen door een implantaat), primaire artrose, posttraumatische artrose, avasculaire necrose, fractuur proximale humerus
- Anatomische totale schouderprothese:** primaire artrose, posttraumatische artrose, reumatoïde artritis
- Omgekeerde schouderprothese:** (humerale cup en glenosfeer) rotatorcuffscheur-arthropathie, posttraumatische artrose, reumatoïde artritis en bepaalde fracturen

Nomenclatuur

- | | |
|-------------------------------------|-------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 286613N588 | <input type="checkbox"/> 286624N588 |
| <input type="checkbox"/> 286635N850 | <input type="checkbox"/> 286646N850 |
| <input type="checkbox"/> 277955N750 | <input type="checkbox"/> 277966N750 |
| <input type="checkbox"/> 283334N520 | <input type="checkbox"/> 283345N520 |
| <input type="checkbox"/> 278036N595 | <input type="checkbox"/> 278040N595 |

Gemiddelde revalidatieperiode:

- 3 tot 4 maanden 6 maanden

Immobilisatieduur

- 4 weken abductieverband + 2 weken sling
- 6 weken abductieverband voor revisie operatie of massieve scheur

Therapie

- Mobilisatie : passief t/m actief vanaf:
- Oefentherapie : volgens onderstaand schema
- Massage / Frictie
- Andere

Dokter,

Prothesechirurgie van de schouder

REVALIDATIE

Doel: Vermijden verstijving schoudergewricht (met respecteren van de beperkingen) + versterken van de rotatorcuffspieren en m. deltoïdeus.

Week 1 tot 2

- Actief oefenen elleboog, pols, vingers, CWZ
- Actief gesloten keten pendeloefeningen scapulohumeraal
- Onmiddellijk passieve elevatie in het scapulaire vlak (**niet voor prothese na fractuur en revisie prothese**)

Week 3 tot 6

- Actief oefenen elleboog, pols, vingers, CWZ
- Actief gesloten keten pendeloefeningen scapulohumeraal
- Passieve mobilisatie opdrijven (exorotatie tot neutraal)
- Actief - geassisteerde, mobiliserende oefeningen in het scapulaire vlak (**niet voor prothese na fractuur en revisie prothese**)

Week 7 tot 9

- Passieve mobilisatie tot volledige ROM (vertraagd voor exorotatie)
- Lichte isometrische tonificatie rotatorcuffspieren (m. supraspinatus, m. infraspinatus, m. teres minor, voorzichtigheid geboden bij m. subscapularis)
- Actief oefenen schoudergordelspiers (m. serratus anterior, m. trapezius pars ascendens en pars transversus) en m. deltoïdeus (bij omgekeerde prothese tonificatie tegen weerstand van m. deltoïdeus pas opstarten **3 maanden postoperatief**)
- Scapula settings en proprioceptieve training scapulastabilisatoren

Vanaf week 10

- Progressief opdrijven proprioceptie training
- Progressief opdrijven excentrische tonificatie rotatorcuff, m. deltoïdeus en schoudergordel spieren
- ADL- en werkgerichte bewegingen inoefenen

UITZONDERING

- **Hemiprothese na fractuur:** o.w.v. refixatie tuberculum majus en minus mogen de eerste 6 weken geen actieve rotatorcuff oefeningen gegeven worden en mogen er geen doorgedreven rotaties plaatsvinden. De patiënt volgt de eerste 6 weken een thuisprogramma van pendeloefeningen in gesloten keten, actieve oefeningen elleboog, pols, vingers en CWZ.
- **Revisie schouderprothese:** het programma wordt vertraagd uitgevoerd.
- **Omgekeerde prothese:** o.w.v. luxatiegevaar mag er de eerste 6 weken geen rotatie achter de rug uitgevoerd worden. Tonificatie tegen weerstand van m. deltoïdeus mag pas 3 maanden postoperatie opgestart worden.