

Fysiotherapeutisch protocol cuff ruptuur
Gelre Ziekenhuizen

Post operatief

Doelstellingen:

- Functioneel herstel: totaal herstel van 9-12 maanden
- PROM: glenohumeraal: anteflexie-abductie-exorotatie 90-90-20 graden

Complicaties:

- Reactieve stijfheid
- Retear
- Wondinfectie

Leefregels:

- Geen piekbelasting tot 12 maanden
- Eerste 6 weken geen katroloefeningen voor PROM (i.v.m. SSP activiteit)
- Bij m. subscapularis repair: maximaal 0 graden exorotatie tot 6 weken na OK: hand op de navel
- Autorijden: Zolang er nog gebruik wordt gemaakt van een sling en/of er nog geen goede voertuigbeheersing is, mag er om verzekeringstechnische redenen niet worden auto gereden. Autorijden is op eigen verantwoordelijkheid van de patiënt, advies is om contact op te nemen met de verzekeraar alvorens te gaan autorijden.



Uitvoering:

0-6 weken:

- Sling afbouwen vanaf 5 weken, bij 6 weken helemaal af
- Passief mobiliseren op geleide van pijn
- Scapula setting
- Geen cuff activiteit
- Keten mobiliseren FROM

6 weken na OK:

- Actief mobiliseren van schouder: op geleide van functionaliteit en pijn
- Opbouw coördinatie naar krachthoudingsvermogen: op geleide van functionaliteit en pijn

12 weken na OK:

- Trainen met weerstand

6 maanden na OK:

- Sporthervatting bovenhands (geen piekbelasting)

12 maanden na OK:

- Sporthervatting bovenhands inclusief piekbelasting(sportspecifieke bewegingen zoals smashen, serveren)

Controle orthopeed:

- Controles vinden plaats 2 weken, 6 weken, 3 maanden en 12 maanden post operatief