



Fysiotherapeutisch protocol anatomische schouder prothese  
Gelre Ziekenhuizen

## Post operatief

### Doelstellingen:

- Functioneel herstel

### 0-6 weken na OK:

- Scapula mobiliteit behouden/verbeteren
- Onderhoud mobiliteit belendende gewrichten

### Na 6 weken:

- Gradueel opvoeren van ROM op geleide van pijn/reactie

### Complicaties:

- Reactieve stijfheid
- Wondinfectie

### Leefregels:

- Eerste 6 weken geen exorotatie (actief en passief): pols op de navel houden met arm in immobilizer, dag en nacht
- Geen externe weerstand binnen 12 weken
- Niet tillen met gestrekte armen (geldt life-long)
- Tillen binnen zelfzorg is toegestaan, maak gebruik van korte hefboom
- 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.



**Aandachtspunten:**

**0-6 weken na OK:**

- Alleen PROM oefenen: abductie-anteflexie-endorotatie-exorotatie 45-90-0-0

**Eindniveau:**

- Anatomisch herstel behoudens minimaal verlies in exorotatie / ABER (abd-exo)

**Uitvoering:**

**0-6 weken:**

- Coördinatie training, geen weerstand
- Scapula setting
- Educatie/voorlichting
- Onderhoud mobiliteit belendede gewrichten
- Vanaf 2 weken geleid actief/passief mobiliseren

**Na 6 weken:**

- Actief mobiliseren: op geleide van functionaliteit en pijn

**Na 12 weken**

- Trainen met weerstand: op geleide van functionaliteit en pijn

**Controle orthopeed:**

- Controles vinden plaats 6 weken, 3 maanden, 1 jaar en 5 jaar post operatief