

## REVALIDATIE NA FULKERSON OSTEOTOMIE

### Braceschema



**ORTHOPEDIE  
IZEGEM**

week 1 – 6 postoperatief:  
week 7 – 8 postoperatief:  
na 8 weken

brace gefixeerd in volledige extensie  
brace los tijdens het stappen  
brace progressief verwijderen

**Heup chirurgie**  
Dr. F. Vandendriessche  
Dr. J. Dujardin

### Steunname / Gangrevalidatie

**Knie chirurgie**  
Dr. F. Vandendriessche  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort  
Dr. J. Dujardin

week 1 – 6 postoperatief:  
week 7 – 8 postoperatief:

stappen met 2 krukken zonder steunen  
stappen met 2 krukken met partiele  
steunname

week 9 – 10 postoperatief:

stappen met 2 krukken en progressief  
volledig belasten

**Wervelkolom chirurgie**  
Dr. A. Vandenberghe

De krukken mogen weggelaten worden bij goede  
quadriiceps/hamstringscontrole.

**Schouder chirurgie**  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort

### Mobiliteit:

week 1 – 2 postoperatief:  
week 3 – 4 postoperatief:

geen mobilisaties  
actieve en passieve mobilisaties van 0°  
tot 45° flexie

week 5 – 6 postoperatief:

actieve en passieve mobilisaties van 0°  
tot 110° flexie

**Hand-Pols-chirurgie**  
Dr. A. Vandenberghe

na 6 weken actieve en passieve mobilisaties over volledige ROM  
Mobilisaties van de patella pas starten 6 weken na de operatie

**Voet-enkel chirurgie**  
Dr. T. Mullie

### Oefentherapie:

**Traumatologie**  
Dr. T. Mullie

week 1 – 8 postoperatief: kuitspieroefeningen – hamstringsoefeningen -  
cocontracties hamstrings/quadriiceps  
vanaf volledige steunname: quadriicepsontspanningsoefeningen in gesloten keten  
oefeningen

**Sportletsels**  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort  
Dr. J. Dujardin

Open keten oefeningen voor spiertraining naar extensie toe zijn af te  
raden. De fixatie van de tuberositas tibiae dient stevig verankerd te zijn  
vooraleer over te gaan tot intensieve krachttraining in belaste  
oefenvorm.

De gesloten keten oefeningen moeten opgebouwd worden vanuit minder  
belaste posities (fiets, legpress, steps...) naar meer belaste  
uitgangshoudingen (vb. squat) vanaf het moment dat er volledig mag  
gesteund worden op het geopereerde been. De progressie in de  
oefentherapie is afhankelijk van pijn, zwelling en quadriicepscontrole.

## Proprioceptie en coördinatie oefeningen

Moeten traag opgebouwd worden gezien de beperkingen in mobiliteit en steunname. Oefeningen op plankjes, tol, trampoline...  
Evenwichtoefeningen, uitvalsbewegingen in voorachterwaartse en zijwaartse richting.



### **ORTHOPEIDIE IZEGEM**

**Heup chirurgie**  
Dr. F. Vandendriessche  
Dr. J. Dujardin

**Knie chirurgie**  
Dr. F. Vandendriessche  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort  
Dr. J. Dujardin

**Wervelkolom chirurgie**  
Dr. A. Vandenberghe

**Schouder chirurgie**  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort

**Elleboog chirurgie**  
Dr. S. Defoort

**Hand-Pols-chirurgie**  
Dr. A. Vandenberghe

**Voet-enkel chirurgie**  
Dr. T. Mullie

**Traumatologie**  
Dr. T. Mullie

***Sportletsels***  
Dr. D. Petré  
Dr. S. Defoort  
Dr. J. Dujardin

### Sporthervatting:

Na 8 weken: fietsen

Na 6 maanden: sporthervatting volgens instructies chirurg

Bij vragen of bij vaststelling bij eventuele problemen kan U ons steeds contacteren via het secretariaat orthopedie op het nummer 051/334 700.