

REVALIDATIE NA MENISCUS TRANSPLANTATIE

Braceschema



ORTHOPEDIE 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

week 1 – 4 postoperatief:
week 5 – 6 postoperatief:

week 6 – 8 postoperatief:
na 8 weken

kniebrace gefixeerd in 10° dag en nacht
kniebrace los tussen 0-60° dag en nacht
kniebrace los tussen 0-90° dag en nacht
kniebrace progressief afbouwen

Steunname / Gangrevalidatie

week 1 – 4 postoperatief:

week 5 – 8 postoperatief:

week 9 – 10 postoperatief:

gang met 2 krukken, zonder steunname op het geopereerde been
gang met 2 krukken, met 50% steunname op het geopereerde been
progressief belasten tot volledige steunname – krukken afbouwen bij voldoende quadricepscontrole

Mobiliteit:

Progressieve actieve en passieve mobilisaties

week 1 – 2 postoperatief:

week 3 – 4 postoperatief:

week 5 – 6 postoperatief:

week 7 – 8 postoperatief:

na 8 weken

0-15°

0-30°

0-60°

0-90°

verder opbouwen naar volledige ROM

Patellamobilisaties onmiddellijk na ingreep toegelaten

Oefentherapie:

Week 1 – 6 : kuitspieroefeningen, settings quadiceps, hamstringssettings

Onmiddellijk postoperatief is het aangeraden te starten met core-stability training:

-gluteus medius - gluteus maximus - transversus abdominis

Sporthervatting:

Na 8 weken: zwemmen
Na 12 weken: fietsen
Na 5 maanden: lopen



ORTHOPEDIE 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

Non pivot sporten als quadriceps 80% van zijn normale kracht heeft.
Pivot sporten na 1 jaar.

De aangeduide tijdstippen zijn slechts indicatief en dienen aangepast te worden aan de mogelijkheden en eventuele revalidatieproblemen van de patiënt. Uiteraard moeten ook de zwelling en pijn in acht genomen worden en zijn hoogstand, relatieve rust en ijsapplicatie aangewezen.

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