



MEDINOVA
KLINIEKEN

Revalidatie na een cuffrepair

informatie voor de fysiotherapeut

© april 2014

Algemeen

Starten met fysiotherapie na de controle (ongeveer 2 weken postoperatief). Comfort en pijnreductie moeten op de voorgrond staan.

Sling

De sling zorgt ervoor dat de arm hooguit tot de neutrale stand (0° exorotatie en 0° endorotatie) gedraaid kan worden. Actieve exorotatie en actieve abductie verder dan de neutraalstand is de voornaamste opgelegde beperking. Zo kunnen er namelijk geen grote krachten optreden in het operatie gebied.

Deze sling draagt de patiënt de eerste 4 weken dag en nacht. Daarna gedurende 2 weken alleen 's nachts, waarbij overdag het dragen van de sling afgebouwd kan worden. Als de patiënt rustig zit kan de arm ook op een kussen gelegd worden zonder de sling.

Week 3 en 4

Controle van de hieronder genoemde oefeningen:

- strekken elleboog
- bewegen van pols en vingers
- schouder rustig in de neutraalstand laten bungelen met de zwaartekracht mee (voorovergebogen), ondersteund door de hand van de gezonde zijde

Passief bewegen binnen de pijngrens. Actief en passief bewegen scapulo-thoracaal.

Week 5 en 6

Geleid actief bewegen binnen de pijngrens, gemeten met de arm in 0° abductie, vanuit endorotatie tot 45° exorotatie. Isometrische aanspanoefeningen. Oefeninstructies voor thuis aanbieden in gesloten keten.

Coördinatie oefeningen scapulo-thoracaal.

Week 7 t/m 9

Mobiliteit opbouwen naar een volledige ROM op geleide van de pijn van geleid actief naar actief.

PNF (Proprioceptieve Neuromusculaire Facilitatie) patronen multidirectioneel oefenen.

Coördinatie en stabiliteitsoefeningen art. glenohumeralis en scapulo-thoracaal.

Na 10 weken

Verder opbouwen van mobiliteit, kracht, coördinatie. Mobiliteit actief oefenen (bijvoorbeeld deel PNF patronen).

Opbouwen van belastbaarheid vanuit 45° endorotatie naar neutraal, ante-en retroflexie (dynamisch: pully machine (en-tree) max 0,5 kg, lichte dyna band).

Trainen kracht en coördinatie in rugligging.

Na 4 maanden

Desgewenst sportspecifieke begeleiding.



Kliniek Breda	Takkebijsters 5a	4817 BL Breda	t: 076 - 201 9300	e: breda@medinova.com
Kliniek Klein Rosendael	Rosendaalselaan 30	6891 DG Rozendaal (GLD)	t: 026 - 362 0680	e: kleinrosendael@medinova.com
Kliniek Zestienhoven	Vliegenveldweg 65	3043 NT Rotterdam	t: 010 - 298 9898	e: zestienhoven@medinova.com

www.medinova.com

Dit is een uitgave van Medinova klinieken bedoeld om fysiotherapeuten te informeren over bovenvermelde behandeling. Deze beschrijving betreft de standaardbehandeling zoals gebruikelijk uitgevoerd in onze klinieken. De behandelend medisch specialist kan een behandeling voorschrijven die afwijkt van deze beschrijving. Aan deze beschrijving kunnen geen rechten worden ontleend. Graag wijzen wij u hierbij op de Nederlandse Patiënten Consumenten Federatie (NPCF) die zich sterk maakt voor alle mensen die zorg nodig hebben, nu of in de toekomst. Voor het klachten- en privacyreglement verwijzen wij u naar onze website www.medinova.com.
©porthofysio 8 KKR Bouwmeester Cuff 010114 evaluatiedatum 010116