

REVALIDATIESCHEMA VOORSCHRIFT KINESITHERAPIE

NAAM EN VOORNAAM:

DATUM:



**ORTHOPEDIE
DELTA**

MENISCUSTRANSPLANTATIE: MEDIAAL – LATERAAL

STEMPEL EN HANDTEKENING

RIZIV 290264N500

SESSIES: 30 - 60X

FREQUENTIE: 3-5X/WEEK

--

BRACE-SCHEMA

Week 1-4: gefixeerd in extensie (0°): dag en nacht

Week 5-6: los tussen 0-60° (dag en nacht)

Week 7-8: los tussen 0-90° (dag en nacht)

Na 8 weken: progressief verwijderen: eerst binnenshuis aflaten, nadien ook buitenshuis

STEUNNAME/GANGREVALIDATIE

Week 1-4: 2 krukken, geen steunname

Week 5-8: 2 krukken, partiële steunname (50%)

Week 9-10: progressief belasten tot volledige steunname, krukken afbouwen bij voldoende quadricepscontrole

MOBILITEIT

Patellamobilisatie gedurende 8 weken

Week 1-2: 0-15° actief en passief

Week 3-4: 0-30° actief en passief

Week 5-6: 0-60° actief en passief

Week 7-8: 0-90° actief en passief

Na 8 weken: normaliseren ROM: progressief

OEFENTHERAPIE

Week 1-6: kuitspieroefeningen, settings quadriceps en hamstrings

Vanaf week 1 ook core-stability-training: gluteus maximus, gluteus medius, transversus abdominis

SPORTHERVATTING

Na 8 weken: zwemmen (crawl)

Na 3 maanden: fietsen

Na 5 maanden: lopen

Non pivot sporten als quadriceps 80% van normale kracht heeft.

Pivotsporten na 1 jaar.

DVT PREVENTIE

Aan te leren: automobilisatie kuitspieren/stimuleren spierpompactiviteiten: dagelijks, zelfstandig te doen, bilateraal

BIJKOMENDE INFORMATIE

--

DE AANGEDUIDE TIJDSTIPPEN ZIJN INDICATIEF EN DIENEN AANGEPAST TE WORDEN AAN DE MOGELIJKHEDEN EN EVENTUELE REVALIDATIEPROBLEMEN VAN DE PATIËNT.