REVALIDATIESCHEMA VOORSCHRIFT KINESITHERAPIE

NAAM:

ORTHOPEDIE DELTA

DATUM:

ARTHROSCOPISCHE SUBSCAPULARIS HECHTING

STEMPEL EN HANDTEKENING

RIZIV 276080N380

SESSIES: 30X FREQUENTIE: 3-5X/WEEK

WEEK 1-4

- adductieverband (draagzak) gedurende 4 weken dag en nacht
- lichte pendeloefeningen
- ijsapplicatie

! Strikt verbod op zelfstandige actieve elevatie

WEEK 5-6

- adductieverband overdag progressief weglaten
- mobilisatie scapulothoracaal
- passieve mobilisaties
- capsulair glenohumerale mobilisaties
- pendel- en katroloefeningen

! Strikt verbod op zelfstandig actieve elevatie
Exorotatie maximum 0°

WEEK 7-8

- actief geassisteerde oefeningen met specifieke aandacht voor:
  - scapulothoracaal ritme
  - rotator cuff versterking

Exorotatie maximum 30°

VANAF WEEK 9

- oefentherapie progressief opbouwen:
  - scapulothoracaal
  - rotator cuff
  - glenohumeraal (deltoideus)

- vanaf 10 weken krachttraining progressief opbouwen

BIJKOMENDE INFORMATIE

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

Copyright Orthopedie Delta