REVALIDATIESCHEMA VOORSCHRIFT KINESITHERAPIE

NAAM EN VOORNAAM:

ORTHOPEDIE DELTA

DATUM:

TOTALE HEUP PROTHESE

STEMPEL EN HANDTEKENING

RIZIV 289085N588

BIPOLAIRE HEUPPROTHESE 289030N500
REVISIE PARTIEEL 279016N750

REVISIE TOTAAL 293436N850

SESSIES: 30 - 60X

FREQUENTIE: 3-5X/WEEK

VOORZORGMAATREGELEN GEDURENDE EERSTE 6 WEKEN

Posterieure toegang	**Anterieure toegang**
Geen gecombineerde flexie-adductie-endorotatie	Geen gecombineerde exorotatie-hyperextensie
Bij voorkeur: slapen op de rug met gestrekte knie	

WEEK 1 TOT 6

DOEL: bescherming

- Krukgebruik: volledige steunname binnen de pijngrenzen, bij normalisatie gangpatroon krukken afbouwen
- Enkel-pumps, heel-slides, knee extension in zit (90-0)
- Quadriceps-setting, cocontractie quadriceps/hamstrings, geen straight leg raises
- Parallelle baren: weight shifts en mini squats (0-45)
- Progressieve abductor versterking: vanuit staande positie, zijlig, gebruik van lichte gewichten

WEEK 7 TOT 9

DOEL: normalisatie gangpatroon

- Krukgebruik/wandelstok: zo nodig, tot normalisatie van het gangpatroon
- Range of motion: nog niet voorbij 90 graden flexie
- Continueren oefeningen cfr. week 1 tot 6
- Parallelle baren: unipodaalstand, zijwaarts en achterwaarts stappen
- Hometrainer en zwembad (subaquale therapie)
- Progressief wandelprogramma

VANAF WEEK 10

DOEL: symmetrische range of motion, rechtstaan uit zit zonder hulp

- Continueren van oefeningen cfr. week 7 tot 9
- Range of motion: flexie heup voorbij 90 graden
- Verdere tonificatie quadriceps, hamstrings en glutei
- Proprioceptieve oefeningen (leeftijdsafhankelijk)
- Stretching: hamstrings, quadriceps, heupflexoren, ITB
- Progressief hernemen recreatieve en non-impact activiteiten

DVT PREVENTIE

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

INDIVIDUELE AANDACHTSPUNTEN

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

Copyright Orthopedie Delta