

KINESITHERAPEUTISCHE BEHANDELING NA EEN OSTEOTOMIE VAN DE TUBEROSITAS (ELMSLIE/MAQUET/FULKERSON)

NAAM PATIENT:

Aantal sessies: 30 – 60

Sessies per week: 3-5/week

Datum:

Immobilisatie:

0-2 weken postoperatief:

- brace gefixeerd in volledige extensie

na 2 weken postoperatief:

- brace progressief verwijderen

Gangrevalidatie:

0-4 weken postoperatief: stappen met 2 krukken met partieel steunen en afneembare extensiespalk

4-8 weken postoperatief: stappen met krukken met progressieve steunname tot 100 % en afneembare extensiespalk

8-10 weken postoperatief: stappen met 2 krukken en progressief volledig belasten. De krukken mogen weggelaten worden bij goede quadriceps/hamstringscontrole.

Mobiliteit:

Patellamobilisaties (minimum 8 weken)

0-2 weken postoperatief: actieve en passieve mobilisaties van 0° tot 30° flexie

3-4 weken postoperatief: actieve en passieve mobilisaties van 0° tot 60° flexie

4-6 weken postoperatief: actieve en passieve mobilisaties van 0° tot 90° flexie

6-8 weken postoperatief: streven naar volledige passieve beweeglijkheid en actief ontlast

Oefentherapie:

** 0-8 weken postoperatief:*

- kuitspieroefeningen

- hamstringsoefeningen

- cocontracties hamstrings/quadriceps

- **geen straight leg raise oefeningen**

** vanaf volledige steunname:*

- quadricepstonificatie in gesloten keten oefeningen

Open keten oefeningen voor spiertraining naar extensie toe zijn af te raden.

De fixatie van de tuberositas tibiae dient stevig verankerd te zijn vooraleer over te gaan tot intensieve krachttraining in belaste oefenvorm.

De gesloten keten oefeningen moeten opgebouwd worden vanuit minder belaste posities (fiets, leg-press, steps) naar meer belaste uitgangshoudingen (vb. squat) vanaf het moment dat er volledig mag gesteund worden op het geopereerde been.

De progressie in de oefentherapie is afhankelijk van pijn, zwelling en quadricepscontrole.

Proprioceptie en coördinatie oefeningen:

- * moeten traag opgebouwd worden gezien de beperkingen in mobiliteit en steunname
- * oefeningen op plankjes, tol, trampoline
- * evenwichtoefeningen, uitvalsbewegingen in voorachterwaartse en zijwaartse richting

Sporthervatting:

- * na 8 weken: fietsen
- * na 6 maanden: sporthervatting

Stempel arts
Prof. Dr. PETER VERDONK
1/47062/87/480

Stempel arts
Dr. KOEN LAGAE
1/34420/22/480

Nomenclatuur: 290920N350
Tibia +weke delen 290861N415