

## Revalidatie protocol

Anatomische schouder prothese

Benadering: deltoid/ pectoraal



### Contactgegevens:

Bergmanclinics Bewegen Breda

Takkebijsters 5A

4817 BL Breda

t: 088 9000 500

Email algemeen : [bewegen.breda@bergmanclinics.nl](mailto:bewegen.breda@bergmanclinics.nl)

Email fysiotherapie: [fysio.bbr@bergmanclinics.nl](mailto:fysio.bbr@bergmanclinics.nl)

Email verpleegkundige: [verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl](mailto:verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl)

## Fysiotherapie en revalidatie thuis

### Revalidatieprotocol:

\*Indien andere individuele adviezen vanuit Bergman worden doorgegeven op het operatieverslag en/of de verwijzing fysiotherapie, dan zijn deze leidend.

<i>Week 1-2</i>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Wondgenezing is het belangrijkste in deze fase</li> <li>▪ Pijnmanagement</li> <li>▪ Dag en nacht dragen van de immobiliser</li> <li>▪ Vermijden van exorotatie &gt;10°</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Onbelast	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefenen hand en elleboog functie</li> </ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM 30° AF, 30° ABD en 10° EXO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief mobiliseren</li> <li>▪ Pendel en slinger oefeningen</li> <li>▪ Oefeningen in de safe zone (ondersteund binnen 30° AF en 30° ABD)</li> </ul>
<i>Kracht</i>	-	
<i>Coördinatie</i>	Houding	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> </ul>

**Na twee weken controle bij de fysiotherapeut van Bergman Clinics, incl. hechtingen verwijderen.**

*\*Gelieve bij een afwijkend beloop een verslag mee te geven*

<i>Week 3-4</i>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op pijnmanagement</li> <li>▪ Gericht op het uitbreiden van PROM</li> <li>▪ Dag en nacht dragen van de immobiliser</li> <li>▪ Monitoren scapula thoracale bewegingen</li> <li>▪ Houding</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Partieel/geleid actief	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief mobiliseren</li> <li>▪ Geleid actief mobiliseren</li> <li>▪ Pendel en slinger oefeningen</li> <li>▪ Oefeningen in de safe zone (ondersteund binnen 30° AF en 30° ABD)</li> <li>▪ Oefenen hand en elleboog functie</li> </ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM/geleid actief 60° AF, 60° ABD en 10° EXO	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief en geleid actief mobiliseren</li> </ul>

<i>Kracht</i>	Isometrisch ( <i>start activatie cuff en deltoideus</i> )	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op activatie cuff en deltoideus</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Houding  Re-educatie proprioceptis scapula	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> </ul>

<b>Week 5-6</b>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op afbouwen immobiliser</li> <li>▪ Pijnmanagement</li> <li>▪ Monitoren scapula thoracale bewegingen</li> <li>▪ Houding</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Actief	
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM 90° AF, 90° ABD en 10° EXO  AROM uitbreiden op geleide van klachten	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Passief en geleid actief mobiliseren</li> <li>▪ OT gericht op AROM</li> </ul>
<i>Kracht</i>	Isometrisch /Opbouw functionele kracht	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op activatie cuff en deltoideus</li> <li>▪ Start met opbouwen functionele kracht binnen gesloten keten</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Re-educatie proprioceptis Scapula/GH/houding	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> </ul>

**Na 6 weken controle bij de behandelend orthopeed van Bergman Clinics**

*\*Gelieve bij een afwijkend beloop een verslag mee te geven*

<b>Week 6-12</b>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op verbeteren AROM en PROM</li> <li>▪ Verbeteren van kracht en stabiliteit GH en ST</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Volledig	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Start keten training incl. core stability</li> </ul>
<i>Range of Motion (ROM)</i>	PROM en AROM uitbreiden binnen de pijngrens	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Functionele kracht verder opbouwen gesloten/open keten</li> </ul>
<i>Kracht</i>	Functionele kracht	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Functionele kracht verder opbouwen gesloten keten met weerstand cuff, deltoideus, , teres major, pect major</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Re-educatie proprioceptis Scapula/GH/houding  Motorische controle optimaliseren in de keten	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Oefeningen gericht op houding</li> <li>▪ Scapula thoracale training</li> <li>▪ Motorisch leren principe</li> </ul>

<b>Week 12-24</b>	<b>Doelen</b>	<b>Methode</b>
<i>Algemeen</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Fase gericht op verbeteren functionele belastbaarheid</li> </ul>	
<i>Belasting</i>	Volledig	Ketentraining incl. core stability
<i>Range of Motion (ROM)</i>	Functioneel	Functionele keten oefeningen
<i>Kracht</i>	Functioneel	<ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Start open keten oefeningen</li> <li>▪ Kracht oefeningen gericht op ADL functie en specifieke werk/sport vereisten</li> </ul>
<i>Coördinatie</i>	Motorische controle optimaliseren in de keten	Motorisch leren principe

Week 24+

- Niet gehaalde doelen realiseren
- Verder revalideren bij aangepaste hulpvraag
- Adviezen opvolgen behandelend arts
- Behandelfrequentie afbouwen richting zelfstandig trainen

Uw vragen / aantekeningen

---

---

---