

Clientinformatie

Bicepstenotomie



Contactgegevens:

Bergmanclinics Bewegen Breda

Takkebijsters 5A

4817 BL Breda

t: 088 9000 500

Email algemeen : bewegen.breda@bergmanclinics.nl

Email fysiotherapie: fysio.bbr@bergmanclinics.nl

Email verpleegkundige: verpleegkundigspreekuur.bbr@bergmanclinics.nl

Fysiotherapie

Advies voor de operatie: oefen alvast eens thuis

Starten met fysiotherapie

Het is belangrijk dat u al op de operatie dag begint met het bewegen van uw hand en elleboog. Deze oefeningen zijn om verstijving van vingers en elleboog tegen te gaan.

('s morgens 5 maal, 's middags 2 maal en 's avonds 1 maal)

- 10 maal vingers en duim buigen, strekken en spreiden
- 10 maal met duim toppen van vingers aanraken
- 10 maal de pols buigen en strekken
- 10 maal de elleboog buigen en strekken

Restricties:

- Week 0-2 weken dragen van een sling

Fysiotherapie en revalidatie thuis

U krijgt instructies mee van de fysiotherapeut op de dag van de operatie

Uw vragen / aantekeningen
