

## Kinesitherapeutisch voorschrift na omgekeerde schouderprothese

Naam en Voornaam

Zijde:

Aantal: 30

Datum operatie: ...../...../.....

Frequentie: 2-3/week

Nummer: 286624N588

Kan het huis verlaten

Toegangsweg:

deltopectorale

anterolateraal

Externe rotator:

infraspinatus

intact – gescheurd

Teres minor

intact – gescheurd

Lat dorsi transfer

Post-operatieve mobiliteit:

Exorotatie abductie .....

Interne rotatie abductie .....

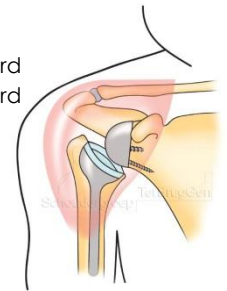
Exorotatie adductie .....

Interne rotatie adductie .....

Onmiddellijk

Na twee weken

Na 6 weken



### Fase I – Onmiddellijke postoperatieve fase (Weken 0-6) (frequentie 1 à 2/week)

Doel: Behouden post-operatieve schoudermobiliteit  
Verminderen pijn en inflammatie

#### Weken 0-6

- Aanleren elleboog/pols/hand actieve ROM
- Aanleren thoracoscapulaire oefeningen (protractie, retractie, elevatie, depressie)
- Actief-geassisteerde en actieve mobilisatie (initieel in liggende houding) binnen de pijngrens
- Passieve mobilisatie binnen de pijngrens
- Cryotherapie gedurende eerste 2 weken

### Fase II – Intermediare Fase (Weken 7-12) (frequentie 1 à 2/week)

Doel: Onderhouden herwonnen volledige ROM  
Bevorderen dynamische stabiliteit en proprioceptie  
Versterken van de neuromusculaire controle

#### Weken 7-12

- Scapulaire krachtsoefeningen
- Verder actief-geassisteerde en actieve mobilisatie (liggend – zittend – staand)
- Proprioceptieve neuromusculaire facilitatie

### Fase III– Terugkeer naar actieve fase (Maanden 3-6) (frequentie 1 à 2/week)

Doel: Verbeteren musculaire sterkte, kracht en uithouding  
Bekomen van normale functionele activiteiten  
Behouden schouder mobiliteit

#### Maand 3-9

- Scapulaire krachtsoefeningen
- Verderzetten oefeningen fase I en II
- Actieve mobilisatie tegen weerstand

Stempel

Handtekening

Datum