

דר' אהוד ראט

אורתופד מנתח מומחה, כירורגיה ארתרוסקופית ופגיעות ספורט
מרפאה: בנין שבע (אסותא) קומה 4, שדרות רגר 11, באר שבע, פאלס קליניק, ויצמן 14 תל אביב
WWW.Orthodoc.co.il orthodoc10@gmail.com, טלפון – 057-9955367, 050-9929291

פרוטוקול שיקום לאחר אקרומיופלסטיה - ASD

מטרת הניתוח – הגדלת החלל הסובאקרומיאלי. בניתוח מסולק חלק מהאקרומיון ומהליגמנט הקורקואקרומיאלי.
המטופל יבדק לאחר הניתוח ויונחה לתרגל על פי פרוטוקול זה.
רצוי להסיר את מקבע הכתף תוך 2-3 ימים מהניתוח.
ב3 שבועות הראשונים אין כל הגבלה בטווח או הפעלה אקטיבית. יש לזכור כי שיקום אינטנסיבי עלול להאט את ההחלמה ולגרום לכאב.
כעבור 3 שבועות הטווח הפסיבי אמור להיות מלא והנפה אקטיבית נינוחה עד 90 מעלות. מעבר ל90 מעלות מופיע בד"כ כאב בשלב זה. במצב בו בוצעה גם כריתת ACJ ההחלמה לרוב איטית יותר.
כ80% מההחלמה מושגת לאחר 3 חודשים. המשך שיפור נצפה לאורך 9-12 חודשים מיום הניתוח.

מטרת הפיזיותרפיה:

השגת טווח מלא
שיפור מודעות תנוחתית
ייצוב סקפולה
חיזור מרכיבי השרוול המסובב (Rotator cuff)
שיקום פרופריוספציה
במצבי קרע בשרוול המסובב שלא תוקן, חיזוק מרכיב הדלתואיד הקידמי, רק לאחר השגת טווח פסיבי מספק

חזרה לתפקוד:

נהיגה – שבוע
שחיה – חזה: לפי יכולת
חתירה: 3 חודשים
הרמת משקל – לפי יכולת
טניס – 3 חודשים
עבודה – בהתאם לסוג העבודה. הקלות למשך 3-4 חודשים