
Voorschrift Kinesitherapie flexorpeesherstel

Naam patient:

Datum ingreep:...../...../....., Vinger.....rechts / links

Nomenclatuur: 287442N250, 287464N300, 287486N350, 276345N400,
276360N350, 276382N500

Aantal beurten: 60

Speciaal aandachtspunt:.....

Kinesitherapie wel / niet aan huis.

Het oefenschema laat initieel een glijbeweging van de flexorpees toe vanuit een protectieve houding van de pols en de metacarpofalangeale gewrichten. Met behulp van een spalk wordt de pols in 20°- 40° flexie geïmmobiliseerd en de metacarpofalangeale gewrichten in 20°- 50° flexie. Met deze oefentherapie wordt het helende spier-peesweefsel beschermd en kan een vroegtijdige peesglijding bewerkstelligd worden.

Doel:

- voorkomen van adhaesies
- peesglijding bevorderen
- voorkomen van gewrichtscontracturen
- oedeembehandeling en littekenbehandeling

Oefenschema

In samenspraak met de behandelend chirurg wordt het revalidatieschema soms aangepast aan de patiënt, bijkomende letsels, type peesherstel, ...

Het revalidatieschema kan steeds uitgebreid worden met desensibilisatietraining, massage, ... maar met het opgegeven schema als basisrichtlijn.

0 tot 2 weken

Patiënt: /p/ flexie en /a/ extensie 10x per uur, in de spalk

Kinesist: /p/ flexie van MCP, PIP en DIP

/p/ extensie van IP-gewrichten afzonderlijk met omliggende gewrichten in flexie!

2 tot 6 weken

Analytische peesglijdingsoefeningen en mobilisaties worden gestart.

Patiënt: /a/ flexie en /a/ extensie MCP/PIP/DIP, in de spalk

/p/ flexie MCP/PIP/DIP

5 sessies/dag reeksen van 10

Kinesist: /a/ flexie en /a/ extensie van pols en vingers

/a/ extensie pols uitvoeren met vingers in flexie

Nadruk op volledige /a/ extensie van de vingers met pols in flexie

Na 6 weken

De spalk wordt verwijderd.

Weerstandsoefeningen analytisch en functioneel

Bij peesglijdingsoefeningen de nadruk leggen op blokkering IP-gewrichten

7-8 weken

/p/ stretching en weerstandsoefeningen

Functionele revalidatie

Datum:..... Stempel en handtekening:.....

**Voor inlichtingen of bij problemen: contacteer chirurg via 03/480 35 82 of de
handtherapeute Katkleen Meeûs via 015/25 11 54**