

Dott. PAOLO VERZARO

Chirurgo Ortopedico
Specialista in Ortopedia e Traumatologia
Traumatologia dello Sport - Chirurgia del Ginocchio
Chirurgia Artroscopica - Chirurgia Protesica
Recapiti telefonici: 3356394466

PROGRAMMA RIABILITATIVO PAZIENTI OPERATI DI ARTROPROTESI DI ANCA

1^ GIORNATA POST. OP.: Il/La Paziente riposa in decubito supino. Mantiene arti inferiori abdotti ed intrarotati. Sono vietati movimenti di adduzione ed extrarotazione. Se sdraiato si pone sul lato non operato mantenendo due cuscini tra le gambe.

Sono vietate manovre di massaggio sulla zona dell'intervento. Esegue esercizi attivi di flessione-estensione del collo-piede b/l e del ginocchio controlaterale.

Esegue esercizi isometrici mm. coscia b/l e mm. glutei b/l. Mantiene i drenaggi.

2^ GIORNATA POST. OP.: Valgono le indicazioni sopra indicate. Assume posizione seduta (nell'assumere la posizione a bordo letto porta fuori prima l'arto operato). Vanno evitate posizioni con un'angolazione dell'anca superiore a 90°. Rimuove i drenaggi.

3^ GIORNATA POST. OP.: Valgono SEMPRE le indicazioni della 1^ giornata. Assume posizione eretta e deambula con l'ausilio di un deambulatore o, se in grado, con 2 bastoni canadesi con carico crescente per l'arto operato. Nel coricarsi porta sul letto prima l'arto operato.

N.B.: Le scarpe devono essere chiuse e con tacco basso (NON usare pantofole!!).

4^ GIORNATA POST. OP.: Valgono le solite indicazioni di evitare movimenti di adduzione ed extrarotazione. Mantiene posizione supina. Deambula con 2 bastoni canadesi con carico crescente per l'arto operato.

5^ GIORNATA POST. OP.: Inizia a salire e scendere le scale. Nel salire porta in avanti prima l'arto NON operato poi l'arto operato con le stampelle.

Nello scendere porta prima l'arto operato poi quello NON operato con le stampelle.

DALLA 6^ ALLA 10^ GIORNATA POST. OP.: Prosegue programma di rieducazione alla deambulazione con 2 bastoni canadesi e di rinforzo muscoli coscia e glutei b/l.

N.B. Il protocollo suindicato è, in linea di massima, applicabile a tutti i pazienti operati di artroprotesi totale di anca, salvo indicazioni particolari del chirurgo operatore.

G.O.R.
Gruppo Ortopedici Romani

