

## KINESITHERAPEUTISCHE BEHANDELING NA EEN MPFL (Mediaal PatelloFemoraal Ligament) reconstructive

**NAAM PATIENT:**

**Aantal sessies: 30 – 60**

**Sessies per week: 3-5/week**

**Datum:**

Deze ingreep wordt hetzij geïsoleerd gedaan hetzij in combinatie met een 'osteotomie van de tuberositas' of een 'trochleoplastie'. In die laatste gevallen dient het er verwezen te worden naar de desbetreffende revalidatie schema's.

### **Immobilisatie:**

Geen immobilisatie vereist. Progressieve mobilisatie volgende pijngrenzen. 90 graden dient bereikt te worden na 4 weken. **BRACING (0-vrij) TE VOORZIEN GEDURENDE 2 WEKEN.**

### **Gangrevalidatie:**

*0-3 weken postoperatief:* stappen met 2 krukken

*3-6 weken postoperatief:* stappen met 1 kruk en versneld de krukken afbouwen.

*Na 6 weken:* volledige steunname zonder beperkingen

### **Mobiliteit:**

Patellamobilisaties (minimum 8 weken)

Progressieve mobilisatie volgende pijngrenzen. 90 graden dient bereikt te worden na 4 weken.

### **Oefentherapie:**

*\* 0-8 weken postoperatief:*

- kuitspieroefeningen
- hamstringsoefeningen
- cocontracties hamstrings/quadriceps

*\* vanaf volledige steunname:*

- quadricepstonificatie in gesloten keten oefeningen

Stempel arts

**Prof. Dr. PETER VERDONK**  
**1/47062/87/480**

Stempel arts

**Dr. KOEN LAGAE**  
**1/34420/22/480**

Z. Monica Hospital  
er info: [www.knee.be](http://www.knee.be)  
04/2014 © Prof.Dr. Peter Ver

**Nomenclatuur:**

**MPFL 294081N300**  
**MPFL+ 290021N375**