

KINESITHERAPEUTISCHE BEHANDELING NA EEN MPFL (Mediaal Patello Femoraal Ligament) reconstructie

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
- hamstringoefeningen
- cocontracties hamstrings/quadriceps

* vanaf volledige steunname:

- quadricestonificatie in gesloten keten oefeningen

Dr. KOEN LAGAE**1/34420/22/480****Dr. IAN PEETERS****1/37198/57/480****Prof. Dr. PETER VERDONK****1/47062/87/480**