

PRESCRIPTION DE PHYSIOTHÉRAPIE

Protocole de réhabilitation

Arthroplastie totale d'épaule

(droit gauche)

Date :

Signature de l'orthopédiste :

Soins post-opératoires :

- Ne pas mouiller les plaies avant que les points de sutures ne soient enlevés.
- Les points de sutures seront enlevés lors de la visite de contrôle 10 à 14 jours après l'opération par le CLSC (selon orthopédiste).
- Analgésique, au besoin (acétaminophène, anti-inflammatoire, etc).
- Glace 15 à 20 minutes, au besoin.

Phase 1 (jours 1 à 28) post-opératoire

- | | |
|-------------------------|--|
| Amplitudes articulaires | <ul style="list-style-type: none">• Attelle thoraco-brachiale en tout temps sauf pour exercices.• Exercices AA coude-poignet-main. |
|-------------------------|--|

Phase 2 (4 à 6 semaines)

- | | |
|-------------------------|---|
| Amplitudes articulaires | <ul style="list-style-type: none">• Sevrage complet de l'attelle.• Débuter <u>mobilisations passives</u> :<ul style="list-style-type: none">○ flexion globale○ abduction $\leq 90^\circ$○ aucune rotation externe avant 6 semaines○ pas de rotation interne derrière le dos avant 8 semaines |
|-------------------------|---|

Phase 3 (6 semaines à 8 semaines)

- | | |
|-------------------------|--|
| Amplitudes articulaires | <ul style="list-style-type: none">• Débuter mobilisations <u>actives-assistées</u> :<ul style="list-style-type: none">○ flexion○ abduction $\geq 90^\circ$○ rotation externe à 0° d'abduction• Mouvements <u>actifs libres</u> contre gravité selon progression. |
|-------------------------|--|

Phase 4 (8 à 12 semaines)

- | | |
|-------------------------|--|
| Amplitudes articulaires | <ul style="list-style-type: none">• Débuter rotation interne et main dans le dos. |
| Renforcement musculaire | <ul style="list-style-type: none">• Débuter renforcement musculaire progressif de la coiffe des rotateurs et stabilisateurs de l'omoplate. |

Phase 5 (3 à 6 mois)

- | | |
|-------------------------|---|
| Amplitudes articulaires | <ul style="list-style-type: none">• Aucune restriction |
| Renforcement musculaire | <ul style="list-style-type: none">• Renforcement musculaire sans restriction.• Objectif : retour aux activités normales. |

<input type="checkbox"/> Dr Stéphanie Hinse	<input type="checkbox"/> Dr Dani Massie
Hôpital de Verdun – 4000 boul. LaSalle – Verdun (Québec) H4G 2A3	