

Informacja dla pacjenta przed zabiegiem endoprotezoplastyki stawu kolanowego

Czeka Cię proteza kolana i co dalej?

- 1) Po otrzymaniu skierowania na zabieg endoprotezoplastyki stawu kolanowego, pacjent powinien udać się do szpitala i zapisać się na operację.
- 2) Na około 2 tygodnie przed zabiegiem, należy zaopatrzyć się w kule.
- 3) Na około 2 tygodnie przed planowaną operacją, niezbędne jest zgłoszenie się do fizjoterapeuty na rehabilitację przedoperacyjną, w celu nauki chodzenia o kulach i wzmocnienia mięśni kończyn dolnych i obręczy biodrowej.
- 4) Tydzień przed wyznaczonym terminem zabiegu, warto zgłosić się do swojego ortopedy kierującego, w celu omówienia sposobu operacji i rozwiania wszelkich wątpliwości.
- 5) Około 1 – 2 tygodni po przebytych zabiegu, pacjent może rozpocząć rehabilitację, którą dobrze kontynuować nawet do 2-3 miesięcy po zabiegu
- 6) Około 2 tygodni po zabiegu pacjent może umówić się do pielęgniarki na zdjęcie szwów
- 7) Po odbytej rehabilitacji pooperacyjnej, wskazana jest wizyta kontrolna u ortopedy kierującego na zabieg

Schemat działania:

1	dzień pierwszy	wizyta u ortopedy, diagnoza, skierowanie na zabieg
2	dzień drugi	zapisanie się na zabieg w szpitalu
3		oczekiwanie na termin zabiegu
4	ok 2 tyg przed zabiegiem	zaopatrzenie się w kule
5	ok 2 tyg przed zabiegiem	rozpoczęcie rehabilitacji przedoperacyjnej
6	ok 1 tyg przed zabiegiem	wizyta przedoperacyjna u ortopedy
7	wyznaczony dzień zabiegu	pobyt w szpitalu
8	ok 1- 2 tyg po zabiegu	rozpoczęcie rehabilitacji
9	ok. 2 tyg po zabiegu	zdjęcie szwów
10	ok 2-3 miesięcy po zabiegu	wizyta kontrolna u ortopedy

Plan rehabilitacyjny dla pacjentów skierowanych na zabieg endoprotezoplastyki stawu kolanowego:

Z myślą o pacjentach po przebytych zabiegu endoprotezoplastyki stawu kolanowego opracowaliśmy program rehabilitacji, który pozwoli na zoptymalizowanie procesu leczenia. Przez cały okres rehabilitacji pacjent pozostaje w stałym kontakcie z fizjoterapeutą.

Nasz program rehabilitacji ukierunkowany jest na: zmniejszenie bólu i obrzęku operowanej kończyny, zwiększanie zakresu ruchomości stawu, edukację pacjenta w zakresie lokomocji, poprawę leczenia rany pooperacyjnej, rozluźnianie powięzi i tkanek miękkich, zindywidualizowany program ćwiczeń mających na celu poprawę siły mięśniowej, stabilności kończyny, elastyczności mięśni oraz propriocepcji, przywrócenie niezależności i bezpieczeństwa w czynnościach dnia codziennego.

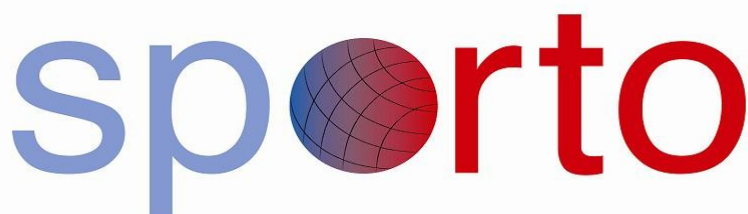
W celu osiągnięcia jak najlepszych wyników leczenia wykorzystujemy: terapię manualną, indywidualne ćwiczenia usprawniające, Kinesiology taping, Game Ready, masaż pneumatyczny, magnetoterapię, krioterapię, laseroterapię, suche igłowanie, **AUTORSKI ZESTAW ĆWICZEŃ**

Schemat rehabilitacji:

Fazy rehabilitacji	Cele rehabilitacji
2 tygodnie przed zabiegiem	<ul style="list-style-type: none">- nauka chodzenia o kulach- wzmocnienie siły mięśni kończyn dolnych i obręczy biodrowej- praca nad osiągnięciem możliwie największego zakresu ruchomości- nauka bezpiecznych technik związanych z czynnościami dnia codziennego
1- 2 tygodnie po zabiegu	<ul style="list-style-type: none">- zwiększenie zakresu ruchomości- nauka chodu o kulach- kontrola bólu i obrzęku- praca nad przywróceniem bezpieczeństwa i samodzielności pacjenta podczas czynności dnia codziennego- ćwiczenia przeciwzkrzepowe
3-8 tygodni po zabiegu	<ul style="list-style-type: none">- praca nad normalizacją schematu chodu i zmniejszenie zależności pacjenta od przyrządów asekuracyjnych- zmniejszenie kompensacji podczas chodu- praca nad uzyskaniem funkcjonalnego zakresu ruchomości- zwiększanie siły mięśni kończyn dolnych i obręczy biodrowej- ćwiczenia rozciągające- praca z blizną- poprawa równowagi, wytrzymałości i propriocepcji
powyżej 8 tygodnia po zabiegu	<ul style="list-style-type: none">- powrót do wcześniejszych aktywności pacjenta

Ważne informacje:

KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE	SPORTO ul. Miedziana 13/15 (pon-pt 8:00-21:00)	+48 42 671 77 77 + 48 574 486 140 + 48 502 031 022
REHABILITACJA		
KONSULTACJE ORTOPEDYCZNE	SPORTO ul. A.Książka 18 (pon-pt 12:00-20:00)	+ 48 786 216 776 + 48 786 261 777
pielęgniarka	SPORTO ul. Miedziana 13/15 (pon-pt 8:00-21:00)	+48 42 671 77 77 + 48 574 486 140 + 48 502 031 022
REJESTRACJA ON-LINE		przez stronę: www.sporto.net.pl
e-mail przychodni		przychodnia@sporto.net.pl
zaopatrzenie medyczne (kule)	Marta Kaźmierczyk	48695120495



sporto