

OMUZ ARTROPLASTİLERİ

ENDİKASYON SINIRLARI DAR

- ▶ Omuz kompleks, çok eklemlidir
- ▶ Biceps uzun başı içinden geçiyor.
- ▶ Stabilizasyonu zor
- ▶ Omuz eklemi fonksiyonel bir eklemdir üst ekst. pivotudur

ENDİKASYONLAR

- ▶ HUMERUS BAŞ VE BOYUNUN PARÇALI KIRIKLARI
- ▶ İLERİ DERECEDE RA
- ▶ KEMİK TÜMÖRLERİ
- ▶ ARTRODEZ YAPILMIŞ AMA BAŞARISIZ OLMUŞ DURUMLAR

KONTRAENDİKASYON

- ▶ ENFEKSİYON
- ▶ DELTOİD KAS KUVVET EKSİKLİĞİ

POSTOP REHABİLİTASYON

- ▶ OMUZ 30 FLEK. 30 ABD. 30 ER İMMOBİLİZASYON
- ▶ POSTOP 4-5.GÜN REH. BAŞLAR

FAZ 1

- ▶ 24-48 saat içinde başlar. Tercihen analjezik elektroterapi ajanları veya hotpack uygulanabilir.

- ▶ SIRTÜSTÜ DİRSEK 90 DERECE FLEKSİYONDA EGZ YAPILYOR.4-5 GÜNDEN İTİBAREN OMUZ FLEKSİYONU,ELEVASYONU,ROTASYONU YAPILIR
- ▶ 7.GÜN CODMAN EGZ

FAZ 2

- ▶ 10-14GÜN BAŞLAR
- ▶ OTURMA POZİSYONUNDAN AKTİFE GİDEN EGZ İÇERİR
- ▶ 21.GÜN İZOMETRİK EGZ
- ▶ MİNİNAL GERME 3 HAFDADAN İTİBAREN

FAZ 3

- ▶ Post-op 6. haftadan itibaren başlar.
- ▶ Omuz tüm düzlemlerde dirençli egzersizler ile çalıştırılmalıdır.
- ▶ Maksimum fonksiyon kazandırılmalıdır.
- ▶ Proprioseptif eğitim ve kinestetik duyu eğitimi verilmelidir.

- ▶ Bir yıla kadar opere kolda ağırlık taşımak sakıncalıdır.
- ▶ Rotatör cuff zayıf ise Eklem hareketleri sınırlı yaptırılır.Hiçbir zaman hareketler tam olarak açılmaya çalışılmamalıdır.

HİDROTERAPİ

- ▶ Su içi egzersizler veya yüzme omuzda ağrıya neden olmuyorsa izin verilir. Omuz hizasındaki suda kolun nazik hareketleri ile başlanır. Daha sonra kolları kullanarak yavaş yavaş yüzmeye geçilir. Kulaçla yüzme en son olarak yapılır

- ▶ Hastanın araba kullanabilmesi için operasyondan sonra en az 6 hafta geçmelidir. Omuz yeterli derecede rahat ve kuvvetli olmalıdır. Hasta ayakta iken kolunu 20 kez horizontal pozisyona kaldırıyor olmalıdır

DİKKAT EDİLMESİ GEREKENLER

- ▶ PASİF GERMEDEN KAÇINILMALI
- ▶ BAŞLANGIÇTA KOL FLEK DİRSEK FLEK İLE YAPILMALI
- ▶ 6 HAFTADAN SONRA AKTİF EGZ GEÇİLMELİ
- ▶ MAKSİMUM FONKSİYONELLİK İÇİN 12-18 AY EGZ DEVAM EDİLMELİ

DİRSEK ENDOPROTEZİ REH.

- ▶ Ameliyat günü→ pulmoner rehabilitasyon; 70-80° lik dirsek fleksiyonu
- ▶ 1.gün→ pulmoner rehabilitasyon; el bileđi ve parmaklara hafif egzersizler
- ▶ 2.gün→ 1.gün egzersizlerine devam edilir, bunun yanında hasta oturtularak dirsek splinti ile ambule edilir, daha sonra omuz fleksiyonu/ekstansiyonu egzersizlerine

- ▶ 3.gün→ gerekliyse göğüs fizyoterapisine ve diğer egzersizlere devam edilir.Hastanın tolerasyonuna göre ambulasyon arttırılır; aktif yardımlı pronasyon, supinasyon, fleksiyon ve ekstansiyon hareketlerine başlanır.
- ▶ 7.gün→ splintin fleksiyon derecesi yavaş yavaş azaltılarak ekstansiyon pozisyonunda ayarlanır, sadece geceleri takılır ve hasta normal eklem hareketlerini kendi başına yapması konusunda cesaretlendirilir.

- ▶ 8 -10.gün→ el egzersizlerinin sayısı, üst kolun adduksiyonu, omuz fleksiyon derecesi arttırılır.Splint aralıklı kullanılmaya başlanır.Günde 1-2 kez birşeyler tutmasına izin verilir.Ulnar sinir fonksiyonları gözden geçirilir ve değerlendirmede uygun bulunursa elin ağıza götürülmesine izin verilir.
- ▶ 11. gün ve sonrasında→ üst kolun adduksiyon pozisyonuna devam ettirilir(6 hafta).Dirseğin bütün hareketlerine izin verilir.Diğer eklem hareketlerine aktif olarak devam eder.