

תאריך הניתוח: _____

פרטי מטופל: שם ושם משפחה _____ ת.ז. _____

ממצאים נוספים / פרוצדורות נוספות שנעשו בניתוח:

אביזרי עזר: מתלה למשך שבוע (המשך השימוש ע"פ נוחות המטופל)
הגבלות: אין להרים ולשאת משקלים העולים על 3 ק"ג בחודשיים הראשונים אחרי הניתוח

0-4 שבועות לאחר הניתוח

- הדרכה לשימוש באביזרי עזר
- הפעלת כתף פסיבית, אקטיבית נעזרת ואקטיבית מדורגת לכתף בטווחים הבאים:

Abduction עד 60°

Flexion עד 60°

ER ללא הגבלה

- טיפול להפחתת כאב ונפיחות
- הפעלת מרפק, שכ"י ואצבעות
- תרגול תנועתיות שכמה

החל מארבעה שבועות לאחר הניתוח:

- המשך הפעלת כתף פסיבית ואקטיבית נעזרת ואקטיבית מדורגת עד הגעה לטווחי תנועה מלאים
- מוביליזציות מפרקיות להגדלת טווחי התנועה
- תרגול פרופריוספטיבי לכתף בכל כיווני התנועה ללא נשיאת משקל
- התחלת תרגילי חיזוק יש לשים דגש על חיזוק שריר הדלתואיד

בהצלחה!

ד"ר אלכס בושוי
ד"ר מיכאל תמר

