

DR. G. THUYSBAERT
Enkel- en voetchirurgie
Kniechirurgie
Sportletsels

Afspraken
T 055 33 67 45
W www.afspraken.be
E
orthopedie.secretariaat@az
oudenaarde.be

www.gillesthuysbaert.be

Kinesitherapeutisch voorschrift:

Naam patiënt(e):

Diagnose: Achillespeesruptuur conservatieve behandeling

Zijde: links / rechts

Aantal Behandelingen: 9 - 18 - 30

Frequentie: 2 – 3 – 4 x/week

Patiënt(e) kan wel/niet autonoom het huis verlaten

- **Week 0-2:**
  - Gips plantair flexie ca. 20-30° met steunverbod

- **Week 2-4**
  - VacoPed bot in positie 3
  - Start steunname PWB met krukken 25% lichaamsgewicht

- **Week 4-6**
  - Start Steunname PWB met krukken:
    - Week 4: 50% lichaamsgewicht
    - Week 5: 75% lichaamsgewicht
    - Week 6: 100% lichaamsgewicht
  - Start verwijderen van de wiggen/aanpassen bot:
    - Week 4: positie 2
    - Week 5: positie 1
    - Week 6: positie 0

  - Actieve plantaire flexie van de enkel zittend op stoel
  - Heup en knie oefeningen zonder gebruik van enkel (vb leg lifts)
  - Fietsen met walker boot

- **Week 6-10:**
  - Wandelbot verder te dragen
  - Full weights bearing

- Start tonificaties gastrocnemius musculatuur
- Proprioceptie oefeningen

- **Vanaf week 10:**
  - Afbouwen van de bot
  - Verder ROM, proprioceptie en tonificatie, voorbij neutraal

- **Maand 4- 6:**
  - Toename van gewrichtsdragende oefeningen

- **Vanaf maand 6:**
  - Start sport specifieke oefeningen

Datum:

De informatie die uit deze richtlijn wordt verkregen, helpt de kinesitherapeut in het toepassen van de behandelingsfases op de patiënt. De behandeling dient afgestemd te worden op de presentatie van de individuele situatie en doelen van de patiënt.