[Typ hier]



Kinesitherapeutisch voorschrift:

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

Naam patiënt(e):

Diagnose: **Hechting achillespeesruptuur LINKS / RECHTS**

Aantal Behandelingen: 30

Frequentie: 2 - 4 x/week

Datum operatie:

Operatienummer: 294361 N365

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

- **Week 0-2:**
  - Gips plantair flexie ca. 20-30° met steunverbod
- **Week 2-6:**
  - Start steunname met VacoPed bot in positie 3
  - Start verwijderen van de wiggen/aanpassen bot:
    - Week 3: positie 2
    - Week 4: positie 1
    - Week 5: positie 0
  - Actieve plantaire flexie van de enkel zittend
  - Heup en knie oefeningen zonder gebruik van enkel (vb leg lifts)
  - Fietsen met walker boot
- **Week 6-10:**
  - VacoPed bot verder te dragen (Positie 0 tot 3)
  - 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
  - Joggen, progressief op te bouwen
  - **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.