DR.
GILLES THUYSBAERT
VOET - ENKEL - KNIE CHIRURGIE

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

www.gillesthuysbaert.be

Kinesitherapeutisch voorschrift

Naam patiënt(e):

Diagnose: **Kraakbeentherapie distale femur LINKER / RECHTER knie**

Aantal Behandelingen: 30 - 60

Frequentie: 1 – 3 x/week

Nomencl.:

Patiënt(e) kan wel autonoom het huis verlaten

<u>Behandeling:</u>

- Steunname:
  - Week 0-4: Toe touch WB
  - Week 4-8: Steunname 15 kg/week tot full-WB
  - Afbouwen van krukken ifv pijn en zwelling
- Mobilisaties:
  - Week 0-4: 0-90°
  - Week 4-8: 0-120° traag progressief op te bouwen
- Oefentherapie:
  - Week 0-2: actieve en passieve ROM, geen open keten oefeningen
  - Week 5-6: gesloten keten oefeningen, binnen grenzen van steunname
- Functionele revalidatie:
  - Week 2: aqua training indien wonde goed
  - Week 6-12: fietsen, hometrainer
  - Maand 4: toename weerstand, joggen
  - Na maand 9: impactsporten

Microfractuur/mozaikplastie: lopen te hervatten ten vroegste na 4 maanden
Sporthervatting is afhankelijk van type sport

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.