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: **Meniscectomie mediaal/ lateraal linker/ rechter knie**

Aantal Behandelingen: 30

Nomencl.: 276636 N250

Frequentie: 1 – 3 x/week Patiënt(e) kan wel autonoom het huis verlaten

<u>Behandeling:</u>

- Steunname:
  - o Krukgang zo nodig dag 0-5 op geleide van pijn
  - o Full wb zo mogelijk
- Mobilisatie:
  - o Patellamobilisaties
  - o Full rom passief en actief binnen de pijngrenzen
- Oefentherapie:
  - o Week 1:
    - Anti-inflammatoire kiné, ijsapplicaties week 1 of bij zwelling
    - Coconctracties QC / H
  - o Week 2:
    - Progrssieve Tonificatie QC / H
    - Open + gesloten keten
  - o Week 3:
    - Stabilisatie-oefeningen , Krachttraining progressief
  - o Week4:
    - Sportspecifieke en functionele oefeningen
  - o Week 5-7:
    - Spring- en loopoefeningen
    - Progressieve sporthervatting.
    - Diepe flexie te vermijden tot 3 maand postoperatief

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.

Datum: