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: **Meniscushechting mediaal/lateraal**

Zijde: linker / rechter knie

Aantal Behandelingen: 30

Frequentie: 2 – 3 – 4 x/week

Patiënt(e) kan wel autonoom het huis verlaten

Nomenclatuur: 300425N275

Behandeling:

- Steunname:
  - 0-4 weken NWB met krukgang (8 weken steunverbod indien meniscal rootrepair!!!)
  - 4 weken +: progressieve steunname

- Mobilisatie:
  - Week 0-3: Geen flexie boven 90° !!
  - Week 0-3: Co-contracties en kuitspieroefeningen (Isometrisch en dynamisch)
  - Vanaf Week 3: Proprioceptie en coördinatie

- Oefentherapie:
  - Vanaf 6 weken: Aqua, zwemmen, fietsen
  - Vanaf 3 maanden: sportspecifieke revalidatie

- Sport:
  - Vanaf 3 maand: looptraining, springoefeningen
  - Vanaf 4 maand: non-contact sport

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: