DR.
GILLES THUYSBAERT
VOET - ENKEL - KNIE CHIRURGIE

Kinesitherapeutisch voorschrift

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

www.gillesthuysbaert.be

Naam patiënt(e):

Diagnose: **Voorste kruisband reconstructie LINKER / RECHTER knie**

Aantal Behandelingen: 30

Frequentie: 1 – 3 x/week

Nomenclatuur:	277362 N400	+ monoloop:	294125 N 500
		+ meniscectomie:	277443 N52
		+ meniscushechting:	277664 N105

Patiënt(e) kan wel autonoom het huis verlaten

<u>Behandeling:</u>

- Steunname:
  - Week 0-2: Partial WB, 2 krukken (4 weken bij meniscushechting)
  - Bracing eerste 2 maanden, nadien progressief aflaten
- Mobilisaties:
  - Week 0-6: 0-90°, nadien progressief naar full rom
  - Patella (8 weken)
  - Dagelijks begeleiden van de knie naar extensie
- Oefentherapie:
  - Week 0-6: kuitspieroefeningen, cocontracties QC/H en tonificatie. Geen krachttraining
  - Week 4-5: Start proprioceptieve training
  - Week 6: Gesloten keten oefeningen
- Functionele revalidatie:
  - Na 5-6 weken: aquatraining, zwemmen, fietsen
  - Na 3 maanden: lopen (progressief op te bouwen)
  - Na 4-5 maanden: sport-specifieke revalidatie
  - Na 6 maanden: sporthervatting
  - Na 9 maanden: competitie

Stempel en handtekening arts

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.