

Kuntoutuminen polven puolitekonivelleikkauksesta



13.6.2005

ft Anne-Mari Henriksson

1

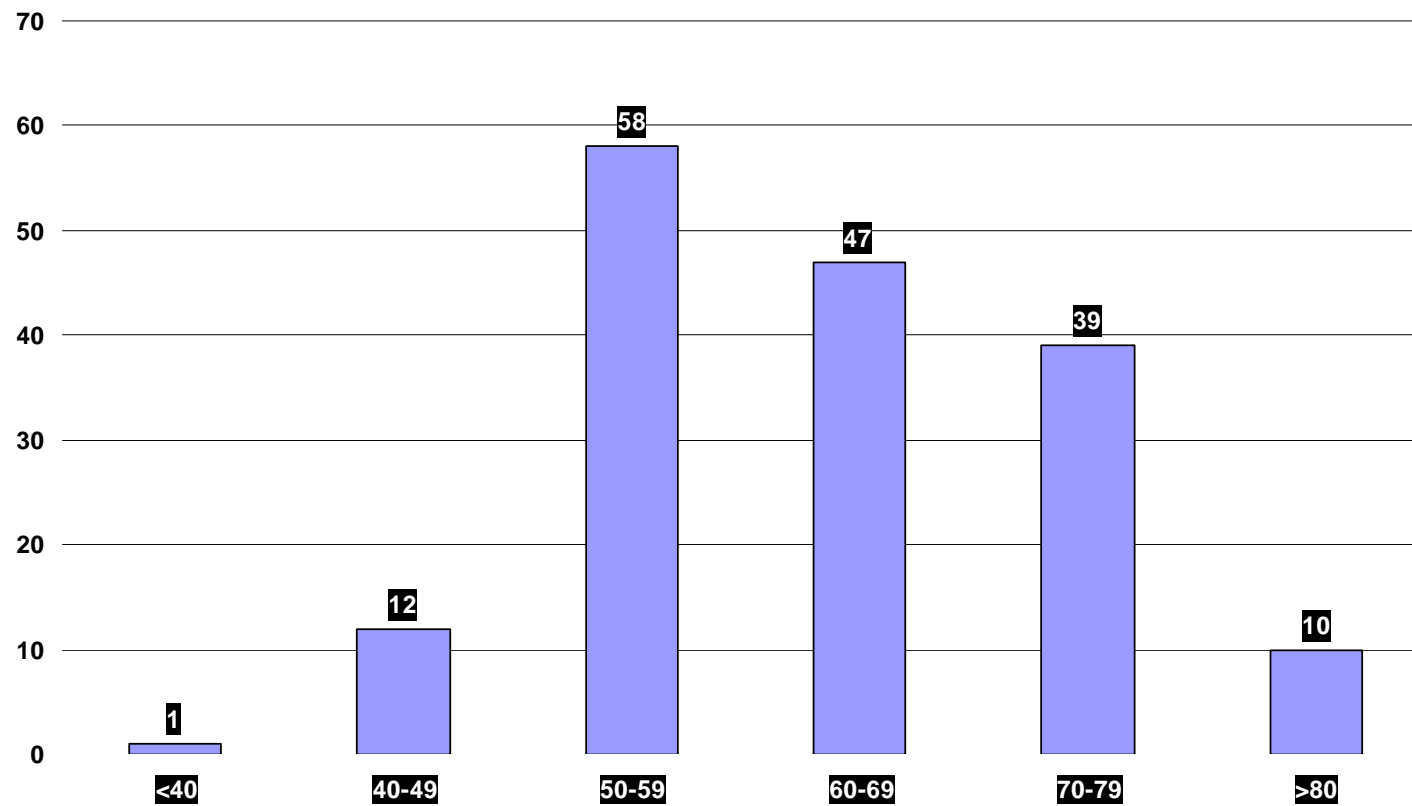
Coxassa leikatut polven puolitekonivelet (9/-02 – 3/-05)

- reilu 200 leikkausta, n.15% kaikista polvileikkauksista
- käytetty Biometin Oxford-proteesia



Ikäjakama

8/-02 – 10/-04 J.Pajamäki



Kaksi kuntoutuksellisesti erilaista ryhmää

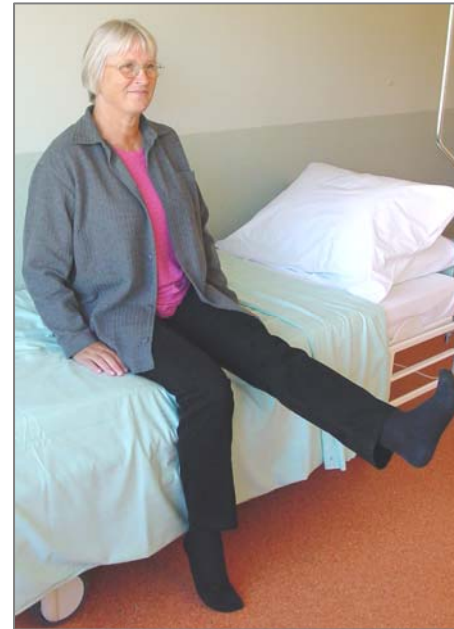
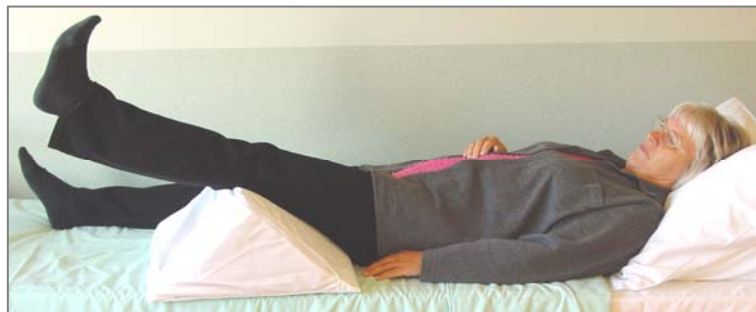
- IÄKKÄÄT MONISAIRAAT
- mobilisointi 1.post.op päivänä
- vuodeosastohoito 2 post.op päivää
- jatkohoito hajautetusti
- hajautettu ft-kontrolli 4vk post.op
- TYÖIKÄISET, TERVEET
- mobilisointi jo valvomossa leikkauspäivänä
- vuodeosastolle leikkauspäivänä
- kotiutus 1-2 post.op.päivänä
- hajautettu ft-kontrolli 2vk post.op

Liikkumisohjeet polven puolitekonivelleikkauksen jälkeen

- täyspainovaraus, sauvat 2 - 4 vk
- verenkiertoa vilkastuttavat harjoitteet
- kylmähoito ja kohoasento 20-30min/x vähintään 1/pv jälkitarkastukseen saakka
- polven mobilisointi kuten kokotekonivelleikatuuillakin, mutta ei pakotettuja harjoitteita
- Raskasta työtä ja voimaharjoittelua vältetään 2kk



Liikeharjoittelu ja kävely riittävät harjoitteiksi ensimmäiseen kontrolliin saakka



13.6.2005

ft Anne-Mari Henriksson

6




Fysioterapiakontrolli 2-4 viikkoa leikkauksesta

- tutkiminen Tekosetin mukaan
- yksilöllinen ohjaus ja harjoitusohjelman laatiminen
- liikuntaharrastusten pariin motivoiminen (terveyskeskusten ryhmät, kansalaisopistot, liikuntakeskukset)



Rajoitukset ja mahdollisuudet

- 
- Puolitekonivelleikkaus mahdollistaa työhön paluun ja liikunnan monipuolisen harrastamisen
 - Juokseminen ja hyppiminen heikentävät tekonivelen kiinnipysymistä pitkällä aikavälillä




2kk jälkitarkastus

- fysioterapeutin konsultaatiomahdollisuus
- vain pari konsultaatiota tullut kahden ja puolen vuoden aikana. Syynä normaalia pidempään jatkuneet kivut.

1v kontrollit ja määräaikaissuuranta

- rtg-kuvat hajautetusti
- ft tutkii Tekosetin mukaan
- ft esittelee kuvat ja potilaan Tekoset-kaavakkeen ortopedille
- ortopedi määrittelee seuraavan kontrollin ajankohdan





Hyvä liikerata ja tasapainoinen hyvä lihasvoima edellytyksenä hyvälle lopputulokselle

- Suositeltavia liikuntalajeja mm.
 - pyöräily
 - tanssit
 - vesijumppa, uinti
 - sauvakävely



Potilaan kommentti

(toisessa polvessa kokotekonivel ja
toisessa puolitekonivel)

- " Puolitekonivel parani nopeammin ja on alusta asti tuntunut enemmän omalta. Arpi on puolet lyhyempi."

Kiitos mielenkiinnosta!



13.6.2005

ft Anne-Mari Henriksson

13