



ORTHOPEDIE

az Glorieux Ronse

REVALIDATIE NA MENISCUSSUTUUR.

Dr. P. Alleene
Kniechirurgie
Sportletsels
Onderste Lidmaat

Dr. P. Van Overmeire
Wervelzuilchirurgie
Heupchirurgie
Sportletsels
Voetchirurgie

Dr. O. Fabre
Kniechirurgie
Schouderchirurgie
Sportletsels

Dr. O. Zeegers
Wervelzuilchirurgie
Schouderchirurgie
Kinderorthopedie

Dr. P. Vandenbussche
Heupchirurgie
Bekkenchirurgie
kniechirurgie
sportletsels

Dr. K. Van der Donckt
Wervelzuilchirurgie
Spine Consulent UZ-Gent
Voetchirurgie

Dr. E. De Winter
Handchirurgie,
Kniechirurgie
,sportletsels

In het algemeen wordt volgend revalidatieschema aangeraden na meniscussutuur:

1. Fixatie van de knie met scharnierbrace in extensie gefixeerd gedurende 4 tot 6 weken.

Passieve bewegingen van de knie worden toegelaten tot 0 – 0 – 70° vanaf de tweede postoperatieve dag.

Na regressie van de pijn (rond dag 3 à 5), laten we patiënten toe om te steunen op het been met brace in extensie, met nadruk om enkel op het gestrekte been te steunen zonder rotatiebewegingen. Dit kan uiteraard enkel uitgevoerd worden door patiënten met een goede compliantie.

Rekening houdende met de vorm van het gewricht en de vorm van de meniscus, gebeurt de compressie in het gebied van de ruptuur, maar dit heeft geen negatieve impact op de fissuurheling.

2. Na 2 weken wordt de bewegingsrange opgedreven naar 0 – 0 – 100° en revalidatie wordt opgedreven met onder andere hometrainer oefeningen zonder belasting van de knie en voorzichtig zwemmen met enkel bewegingen in de sagittale as (schoolslag en bruuske bewegingen van het been worden vermeden).

Vanaf een 4-tal weken wordt progressieve steunname met scharnierbrace, maar dan met het scharnier ingesteld met flexie tot 90°.

3. Vanaf 6 weken postoperatief is een normaal gangpatroon toegelaten.

4. De verdere revalidatie bestaat vnl. uit het versterken van de femorale musculatuur en proprioceptie-oefeningen.

5. De meniscussutuur wordt als volledig geheeld beschouwd vanaf 3 maanden postoperatief. Vanaf dan kan patiënt terugkeren naar normaal activiteitsniveau. Enkel flexie van de knie wordt voor nog een periode van 3 maanden wat beperkt om volledige remodelering van het littekenweefsel toe te laten.