

פרוטוקול שיקום לאחר תיקון גיד ביספס מרוחק

שבועות 0-4

סד גבס אחורי ל10 ימים או יותר לפי החלטת המנתח
ניתן להתחיל הפעלת הכתף פסיבית עם הסד.
טיפול לנפיחות וטיפול לכאב לפי הצורך
לאחר הורדת הסד ניתן להתחיל עיסוי של אזור הצלקת והצלקת
הפעלה פסיבית של המרפק לטווחים 30-140 מע'
ישור אקטיבי של המרפק עד 30 מע'.
אין להרים משקל כבד מכוס קפה.

שבועות 4-8

הפעלה אקטיבית של המרפק
פרונציה וסופינציה מופעלים אחרונים.
אין להרים משקל כבד מכוס קפה.

שבוע 8 והלאה

התחלה הדרגתית של תרגילים עם התנגדות של המרפק וחיזוקים, כולל אמה, יד ושורש היד.

חזרה לפעילות ספורטיבית לאחר שהכוח במרפק המנותח הוא 90% מהיד הבריאה.

***** אם המנותח אינו מתקדם, יש ליצור עמי קשר *****