

## פרוטוקול שיקום לאחר ניתוח ליצוב הקרסול – MODIFIED BROSTROM

### סוג 1 – ספורטאי, רקדן/נית (זקוק למקסימום תנועה ואינו כבד)

#### שבוע 1:

סד לאחר הניתוח

ללא נשיאת משקל עם קביים למשך 14 יום

#### שבוע 2:

הליכה במגף שבר או בתמיכת AIRCAST בצוע INTERNAL BRACING

יש להגיע לנשיאת משקל מלאה עד לאחר 4 שבועות מהניתוח

פיזיותרפיה – הקלת כאב, עבודה על הורדת נפיחות, השגת טווחי תנועה פסיבית ואקטיבית.

#### שבוע 5:

שמוש בתומך קרסול קשיח (AIRCAST). שימוש בכל זמן למעט בעת טיפולי פיזיותרפיה ובשחייה. יש להשתמש גם בשינה.

#### שבוע 7:

ניתן להוריד תומך קרסול בשינה.

#### שבוע 9:

לאחר בדיקת המנתח ניתן להפסיק להשתמש ב AIRCAST (במידה שלא נמצאה מגרה חיובית והחוזק של המטופל נראה טובה).

ניתן להתחיל תרגילי חיזוק

מטרות להחזרה לפעילות:

ROM %90

90% חוזק פרונאלי בפלנטר פלקציה.

### סוג 2 – ספורטאי חובב

הנחיות לפיזיותרפיסט:

1. טווח אקטיבי(תרגילי חיזוק משבוע 9)

2. ללא אינברסיה

3. עבודה על חיזוק איזומטרי של הפרונאליים בפלקציה פלנטרית.

אין צורך ב CPM.

\*\*\*\*\* אם המטופל לא מתקדם יש ליצור עמי קשר \*\*\*\*\*