

Protocol 8

Totale Schouderprothese

1. Algemeen

Schouderprothese:

Totale schouderprothese (TSP), reversed totale schouderprothese (RTSP) en fractuurprothese (FRP).

Doelstelling behandelplan procesmatig:

Het vastleggen van een geprotocolleerd pre- en postoperatief behandelplan voor het plaatsen van een schouderprothese voor specialist, fysiotherapeut, verpleging en andere betrokkenen.

Doel behandelplan inhoudelijk:

Het creëren van een gebalanceerd programma waarin aandacht is voor wekedelen herstel (wondgenezing en herstel m.n. van M. Subscapularis) en tegelijkertijd het voorkomen van stijfheid van de schouder, met uiteindelijk als doel een goed beweeglijke en pijnloze schouder. Het programma is een continuüm, opbouwend van passieve oefentherapie naar actieve oefentherapie, naar spierkrachtoefeningen.

Indicatie schouderprothese:

Invaliderende pijnklachten van de schouder, al dan niet met functieverlies o.b.v. artrose van het schoudergewricht door: primaire artrose, secundaire artrose (bv. door reumatoïde artritis of posttraumatisch) of osteonecrose.

Indicatie type prothese:

- Totale prothese: bovenstaande met cuff intact. N.b.: een variant prothese is de resurfacing schouderprothese die op indicatie wordt geplaatst.
- Reversed totale schouderprothese: bovenstaande met deficiënte cuff, maar met goede M. Deltoideus bij de oudere patiënt (>70jr.)
- Fractuurprothese: 3 en 4 part fracturen, bij oudere patiënten (>65jr.). Dit betreft dan vaak een hemiprothese (alleen kopvervangings).

Contra-indicatie: infectie, charcotgewricht, paralyse van de M. Deltoideus.

2. Revalidatieschema

Fase 0: Preoperatief

Preoperatieve uitgangswaarden worden door de arts vastgelegd. Patiënt krijgt de perioperatieve informatie. NPRS (Numeric Pain Rating Scale) maximaal afgelopen week, SPADI, OSS. Indien er over een NPRS-score wordt gesproken betreft dit de score 0-10.

Informed consent wordt besproken door de specialist.

Instructie/informatie over het postoperatieve behandelprotocol.

Instructiemateriaal wordt gegeven

Procesmatige stappen in het herstel van de ROM na de ingreep.

	Actieve scaptie	Passieve scaptie	Passieve exo elleboog zij	Passieve exo hoera-positie	Passieve/geleid-actieve anteflexie
PO week 3	Niet doen	Tot 50°	Tot 0°	Niet doen	Tot 50°
PO week 6	Functioneel	Tot 50°	0-20°	Niet doen	Tot 50°
PO week 9	Functioneel	Functioneel	20-40°	45°	Functioneel
PO week 12	Functioneel	Functioneel	Functioneel	55°	Functioneel

Fase 1: 0-6 weken postoperatief

Algemeen: 0-6 weken postoperatief

Risicoperiode: wegens herstel van de M. Subscapularis is voorzichtigheid geboden.

Doel: pijn demping, wondgenezing, behouden mobiliteit CWK, oefenen van de elleboog, pols en hand, terugwinnen mobiliteit van de schouder waarbij exorotatie tot 0° en anteflexie tot 50 graden is toegestaan. Geen abductie in de eerste 6 weken.

0-3 weken na de operatie

- NPRS-score, SST-Po, SPADI en OSS afnemen
- Actief oefenen van de elleboog-, pols- en handfunctie
- Slinger- en pendeloefeningen
- Mobiliseren van de cervicale wervelkolom
- Passieve exorotatie oefenen, exorotatie tot neutraal is toestaan
- Passief en geleid-actieve mobilisatie in lig en zit in anteflexie tot 50 graden en exorotatie tot 0 graden
- Geen actieve endorotatie!
- Instructie en oefenen van de slaaphouding
- Patiënt na 2 weken stimuleren tot gebruik van de arm bij ADL, met weinig kracht en met de elleboog in de zij (geen abductie)
- Na 2 weken de abductieband af en rustig starten met afbouwen van de immobilizer

3-6 weken na de operatie

- Uitbreiden van de oefeningen 0-3 weken
- Op geleide van de pijn overgaan van geleid-actief tot actief oefenen
- Mobilisaties in alle richtingen, behalve abductie, geen actieve endorotatie en exorotatie voorbij 0-20 graden afhankelijk van specifieke operateur instructies
- Start van scapula stabiliserende oefeningen
- Re-educatie van de proprioceptie
- Controle en isometrisch oefenen van de rotator cuff en M. Deltoideus
- Controle en eventueel correctie van het bewegingspatroon

*Groene vlaggen voor overgang naar fase 2:

- Ontstekingsverschijnselen zijn afwezig
- De operatiewond is goed genezen
- Maximale NPRS bij oefeningen: 7. Hierbij moet de pijn na 30 minuten zijn gedaald naar het niveau van voor het oefenen. Maximaal 3 punten stijging vanaf baseline
- NPRS score in rust is ≤ 3
- Na 6 weken: NPRS maximaal afgelopen week, SST-PO, SPADI, OSS

Fase 2 (6-12 weken postoperatief)

Licht werk onder schouderhoogte is vanaf deze fase toegestaan, maar er mag nog niet getild worden.

Doel: passieve beweeglijkheid is gelijk aan preoperatieve passieve beweeglijkheid, de bewegingen verlopen gecoördineerd en de spierkracht is toegenomen ten opzichte van de vorige fase.

- Actieve mobilisaties in alle richtingen
- Rotator cuff revalidatie
- Actief oefenen ten behoeve van versterking M. Deltoideus
- Trainen van de stabiliteit scapulothoracaal en het normaliseren van het scapulothoracaal ritme voor zover mogelijk
- Proprioceptieve oefeningen door middel van holding- en placing oefeningen en overgang van gesloten naar open keten oefeningen
- Na 3 maanden: NPRS maximaal afgelopen week, SPADI, OSS

*Groene vlaggen voor overgang naar fase 3:

- De passieve beweeglijkheid is gelijk aan preoperatieve passieve beweeglijkheid.
- De NPRS-score is 3 punten afgenomen ten opzichte van het begin van de fase.
NB: Let op bij het invullen van NPRS op het gebruik van pijnmedicatie.
- Goede stabiliteit scapulothoracaal

Fase 3 (3-4 maanden postoperatief)

Matig zwaar werk onder schouderhoogte (lichte lasten tillen) is vanaf deze fase toegestaan.

Doel: actieve beweeglijkheid is gelijk aan de preoperatieve actieve beweeglijkheid, maximale kracht, maximale coördinatie.

Acties:

- Actieve mobilisaties in alle richtingen
- Krachtoefeningen uitbreiden naar maximaal
- Coördinatie scapulothoracaal trainen naar maximaal
- Eventueel sport specifiek oefenen

*Groene vlaggen voor overgang naar fase 4:

- Actieve beweeglijkheid is gelijk aan de preoperatieve actieve beweeglijkheid
- Maximale coördinatie scapulothoracaal

Fase 4 (5-6 maanden postoperatief)

Zwaar werk (boven schouderhoogte) is toegestaan.

Sports specifieke fase.

Acties:

- Maximale kracht trainen
- Maximale coördinatie scapulothoracaal trainen

De meeste patiënten zijn grotendeels pijnvrij na 6 tot 12 weken.

Na 6 maanden: NPRS maximaal afgelopen week, NRS tevredenheid, SPADI, OSS

Na 12 maanden: NRS tevredenheid, SPADI, OSS

Verantwoording

Cochrane library, PEDro (physiotherapy evidence database), Pubmed en UpToDate.

Op het niveau van expert opinion is geraadpleegd: rehabilitation guidelines van de website van de American Society Shoulder and Elbow Therapists (ASSET)

Postoperatieve nabehandelingsprotocollen SAXION schoudernetwerk, postoperatieve nabehandelingsprotocollen Deventer Ziekenhuis, UMCG en Martini Ziekenhuis.