

Protocol 3

Scopische en open cuff repair

1. Algemeen

Doelstelling behandelplan procesmatig:

Het vastleggen van een geprotocolleerd pre en postoperatief behandelplan bij een scopische en open cuff repair voor specialist, fysiotherapeut, verpleging en andere betrokkenen.

Doel behandelplan inhoudelijk:

Het creëren van een gebalanceerd programma waarin aandacht is voor wekedelen herstel 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 actieve oefentherapie naar spierkrachtoefeningen.

Indicatie voor open of scopische cuff repair:

Invaliderende pijnklachten en/of functieverlies van de schouder op basis van een rotator cuff ruptuur.

Contra-indicatie: infectie.

2. Revalidatieschema

Fase 0: Preoperatief

De preoperatieve uitgangswaarden worden door de arts vastgelegd en behelzen o.a. het afnemen van de NPRS (Numeric Pain Rating Scale) maximaal afgelopen week, SPADI en de actieve en passieve ROM (Range of Motion) .

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.

	Passieve scaptie	Passieve exo elleboog zij	Passieve exo hoera positie	Actieve scaptie
PO week 3	90 °	10 -30 °	niet doen	niet doen
PO week 7	135 °	35 - 50 °	tot 45 °	115 °
PO week 9	155 °	50 -65 °	75 °	145 °
PO week 16-26	normaal	normaal	normaal	normaal

Fase 1: 0 – 6 weken na de ingreep

In deze fase ligt de nadruk op respecteren van de gevolgen van de operatie, het beschermen van de ankers plus de hechtingen, het verminderen van pijn en ontstekingsreactie en op het conditie behoud van omliggende structuren. Daarna ligt de nadruk op herstel van de passieve ROM volgens het schema.

□ 0-6 weken na de operatie

- In week 1-2: score SPADI, NPRS max. afgelopen week, SST-PO (facultatief)
- Oefenen van elleboog-, pols- en handfunctie
- Optimaliseren van het positioneren en stabiliseren van de scapula
- Passief oefenen met beide armen in of uit de immobilizer
- Slinger- en pendeloefeningen
- Na 2 weken mag de abductieband af
- De immobilizer moet 6 weken worden gedragen
- Instructie en het oefenen van de (slaap) houding
- In week 6: score SPADI, NPRS max. afgelopen week: verslag orthopeed

***Groene vlaggen voor overgang naar fase 2**

- Ontstekingsverschijnselen en pijn in rust zijn afwezig
- De operatiewond is goed genezen
- Voldoen aan de criteria voor herstel ROM (zie tabel)
- 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

Fase 2: 7-12 weken na de ingreep

In deze fase ligt het accent op het uitbreiden van de ROM, het herstel van de spierfunctie, coördinatie en stabiliteit. Daarna wordt gestart met functionele ADL activiteiten. Hervatten van werk (boven schouderhoogte) en sport zijn in fase 2 nog niet aan de orde.

- Oefeningen uit fase 1
- Uitbreiden van de mobiliteit passief, geleid actief en actief: aan het einde van fase 2 dient de mobiliteit op ADL niveau te zijn (bijvoorbeeld voorwerpen uit kastjes pakken)
- Eerst oefeningen voor een goede positie van het schouderblad op de romp, vervolgens ook steunvormen en daarna versterken van de RC schouderspieren; van kracht naar uithoudingsvermogen
- In week 13: SPADI, NPRS max. afgelopen week

*** Groene vlaggen voor overgang naar fase 3**

- Volledige mobiliteit
- Goede coördinatie
- NPRS scores ≤ 3

Fase 3: 3– 6-9 maand na de ingreep

In deze fase ligt de focus op het herstel van mobiliteit, volledig herstel van kracht en snelheid, herstel van participatie in werk en sport

- Herstel functionele activiteiten in ADL met goede snelheid en kracht
- Opbouw naar normaal dagelijks functioneren
- Indien gewenst sport specifieke training

- Na 6-9 maanden afronding met verslag orthooped en score SPADI, NPRS maximaal afgelopen week na 6 en 9 maanden. Na 9 maanden NRS tevredenheid.

* Groene vlaggen voor hervatten werk of sport

- Goede ROM
- Goede kracht
- Goede coördinatie (ook bij meer herhalingen)
- Voldoende vertrouwen van de patiënt
- Bovenhands sporten pas hervatten na 6 maanden

Wanneer kan ik verwachten:	Functionele beweeglijkheid	Functionele kracht	Werk onder schouderhoogte	Werk boven schouderhoogte	Sporten onderhands	Sporten bovenhands
0-3 weken						
3-6 weken						
6-12 weken	x		(x)			
3-4 mnden	x	x	x			
5-6 mnden	x	x	x	x	x	na 6 mnd

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 nabehandlingsprotocollen SAXION schoudernetwerk, postoperatieve nabehandlingsprotocollen Deventer Ziekenhuis en Martini Ziekenhuis.