

Protocol 5

Scopische Slap Repair

1. Algemeen

Doelstelling behandelplan procesmatig:

Het vastleggen van een geprotocolleerd pre en postoperatief behandelplan bij een Slap 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 een slap repair:

Ruptuur van het labrum glenoïdale superior volgens de indeling van Slap types 1 t/m 6 met name bij patiënten < 40 jaar.

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, WOSI 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/informatieover 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	45 °
PO week 7	135 °	35 - 50 °	tot 45 °	115 °
PO week 9	155 °	50 -65 °	75 °	145 °
PO week 12	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 behoud van conditie van de omliggende structuren. Daarna ligt de nadruk op het partieel herstel van de ROM en voorzichtige spieractivatie.

0-3 weken na de operatie

- In week 1-2: score WOSI, NPRS max. afgelopen week, SST-PO (facultatief)
- Oefenen van de elleboog-, pols- en handfunctie
- Optimaliseren van het positioneren en stabiliseren van de scapula
- Geen flexie van de elleboog tegen weerstand, tot 30 graden exorotatie en geen gecombineerde abductie-exorotatie beweging
- Geleid actief oefenen met de elleboog 90 graden gebogen en uitbreiden naar actief oefenen
- Slinger- en pendeloefeningen
- Instructie en het oefenen van de (slaap)houding

3-6 weken na de operatie

- Uitbreiden van de oefeningen van 0-3 weken
- Spieractivatie uitbreiden naar duurkracht oefeningen; zonder aanspannen van de biceps brachii
- Wall slides
- Week 6: score WOSI, NPRS max. afgelopen week, SST-PO (facultatief): verslag orthooped

*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 normaal te zijn (andere zijde en/of preoperatief); voorzichtig rekken is toegestaan
- Mobiliseren van de posterieure structuren
- Start van actieve bicepspees oefeningen, gecombineerde abductie-exorotatie beweging is nu ook toegestaan
- Versterken van de RC/ schouderpijlen; van duurkracht naar absolute kracht
- Oefeningen voor een goede positie van het schouderblad op de romp (ook steunvormen)
- Stabiliteit in de hele keten oefenen
- Week 12: WOSI, NPRS max. afgelopen week

Groene vlaggen voor overgang naar fase 3

- Volledige mobiliteit
- Goede coördinatie

- NPRS scores ≤ 3
- Goede scapula positie en romp stabiliteit bij functionele training

Fase 3: 3– 6-9 maanden na de ingreep

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

- Herstel van functionele activiteiten in ADL met goede snelheid en kracht
- Opbouw naar normaal dagelijks functioneren
- Voortzetten van de rotator cuff revalidatie
- Na 6 maanden afronding met verslag naar de orthoeped en score WOSI, NPRS maximaal afgelopen week en 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	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:

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