

Protocol 1

Scopische en open cuff repair

1. Algemeen

Bij het hechten van de M. Subscapularis: de eerste 2 weken exorotatie tot 0 graden.
Zonder hechten van de M. Subscapularis mag onderstaand schema worden gevolgd.
De orthoeped geeft daarbij aan of er een normaal (1) of behoudend (2) beleid gevolgd moet worden afhankelijk van de grootte van de cuff repair en de kwaliteit van het weefsel.

2. Revalidatieschema

Fase 1: 0-6 weken postoperatief

	1. Normaal beleid	2. Behoudend beleid
Immobilizer (dag en nacht)	0 t/m 2 weken	0 t/m 6 weken
Sling	3 t/m 6 weken	nvt
Elleboog/pols/handoefeningen	Vanaf week 0	Vanaf week 0
Slingeroefeningen	Vanaf week 0	Vanaf week 0
Mobiliteitsoefeningen CWK/TWK	Vanaf week 0	Vanaf week 0
Scapula oefeningen/retractie oefeningen ogv pijn	Vanaf week 0	Vanaf week 0
PROM op geleide van pijn	Vanaf week 0 - Exorotatie: 20 graden - Scaptie: 0-120 graden	Vanaf week 3 - Exorotatie: 20 graden - Scaptie: 0-90 graden

NPRS

Maximale NPRS bij oefeningen: 6. 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 .

Indien nodig bij 6 weken een verslag naar de orthoeped.

Fase 2: 7-12 weken na de ingreep

In deze fase ligt het accent op het uitbreiden van de ROM, oefeningen voor het schouderblad, het herstel van de spierfunctie (coördinatie, kracht en stabiliteit) en actieve oefentherapie op geleide van de pijn.

Daarna wordt gestart met functionele ADL activiteiten. Hervatten van werk (boven schouderhoogte) en sport zijn in fase 2 nog niet aan de orde.

Fase 3: Vanaf 3 maanden postoperatief

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

Na 6-9 maanden afronding met verslag naar huisarts.

Verantwoording

Cochrane library, PEDro (physiotherapy evidence database) en Pubmed

