

Protocol 8

Latarjet

1. Algemeen

Operatie waarbij, vanwege een instabiele schouder, het coracoid met daaraan de conjoined tendon (coracobrachialis en biceps brevis) gefixeerd wordt aan de voor/onderzijde van het glenoid.

2. Revalidatieschema

Na 5 weken overdag afbouwen ogv klachten, 's nachts immobilizer 6 weken dragen.

Na 5 weken mag er worden begonnen met afbouwen van de immobilizer, op de controle afspraak kan de patiënt aangeven hoe het gaat zonder immobilizer.

Tot en met de 6 e week geen weerstandsoefeningen.

Bij de Latarjet ingreep wordt mogelijk het kapsel gereefd, dit heeft geen consequenties voor de nabehandeling.

Fase 1: 0-6 weken postoperatief

Immobilizer overdag	5 weken	
Immobilizer 's nachts	6 weken	
Elleboog/pols/handoefeningen	Vanaf week 0	
Slingeroefeningen	Vanaf week 0	
Mobiliteitsoefeningen CWK/TWK	Vanaf week 0	
Scapula oefeningen/retractie oefeningen ogv pijn	Vanaf week 0	
PROM op geleide van pijn	Vanaf week 0 niks	Vanaf week 3 In alle richtingen
Actieve flexie elleboog tegen weerstand	Eerste 6 weken niet ivm hechten biceps brevis	
Isometrisch RC oefenen	Vanaf week 0	
AROM op geleide van pijn	Vanaf week 5 In alle richtingen	

Na 6 weken: verslag orthopeed.

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 .

Fase 2: 7-12 weken postoperatief

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 verder herstel van mobiliteit, optimaal herstel van kracht en participatie in werk en eventueel sport.

Na afronding met verslag huisarts.

Bovenhands sporten pas hervatten na 6 maanden, ook bij contactsporten.

Verantwoording

Cochrane library, PEDro (physiotherapy evidence database) en Pubmed