

ANCA Clinic

info@ancaclinic.it

Tel. +39 06 68892472 FAX +39 06 68213529

PROTOCOLLO

Protesi di Anca e Protesi di Rivestimento

Dott. Alessandro CALISTRI



Ricovero giorno precedente intervento: No predepositi di sangue , No catetere vescicale , No drenaggio

1° giorno post operatorio : esercizi protocollo riabilitativo* nel letto. In piedi carico completo su entrambi gli arti ausilio 2 stampelle nella stanza .

2 - 3° giorno post operatorio : Deambulazione all'esterno della stanza , scale .

3° giorno post operatorio : Dimissioni a casa, macchina / treno / aereo alzarsi ogni ora per piccola passeggiata (nell'ultimo caso doppia dose di eparina il giorno del volo); a casa svolgere attività necessarie base (alzarsi-sedersi, andare al bagno , mangiare a tavola) piccole passeggiate in base allo stato fisico , svolgere 1-2 volte al giorno esercizi come da protocollo* fino ai 30 gg .

15° giorno post operatorio : Medicazione della ferita chirurgica, rimozione di una stampella , possibilità di guidare Macchina/ Moto .

21° giorno post operatorio : Interruzione utilizzo eparina, utilizzo calze antitrombo, assunzione antiinfiammatori . (protocollo standard esclusi casi particolari)

25° giorno post operatorio : Inizio attività di nuoto e cyclette 2 volte a settimana per 30 min aumentando progressivamente .

30° giorno post operatorio : Rimozione seconda stampella Rx bacino sotto carico, e proiezione falso profilo ed assiale Inizio attività sportive a basso impatto con progressione.

ANCA Clinic

info@ancaclinic.it

Tel. +39 06 68892472 FAX +39 06 68213529

3 mesi dall'intervento : Inizio attività sportiva anche di impatto, in modo progressivo .

2 anni visita di controllo Rx bacino sotto carico, e proiezione falso profilo ed assiale.

5 anni visita di controllo Rx bacino sotto carico, e proiezione falso profilo ed assiale e nel caso di Rivestimento anca, dosaggio Cr-Co plasmatico

10 anni visita di controllo Rx bacino sotto carico, e proiezione falso profilo ed assiale e nel caso di Rivestimento anca dosaggio Cr-Co plasmatico

PROTOCOLLO RIABILITATIVO *

- Contrazioni isometriche: piede a martello, schiacciare le ginocchia in basso
- Contrazioni dei glutei
- Flettere alternativamente le ginocchia
- Ambo ginocchia flesse, portare alternativamente le cosce al petto
- Scivolamento
- Intrarotazione
- Esercizio del ponte
- Flettere ambo ginocchia e stendere alternativamente le gambe in alto
- Abduzione attiva (prima singolarmente e poi contemporaneamente)
- Ginocchia ambo flesse, oscillare ritmicamente
- Stretching del quadricipite: gamba sana flessa verso il petto e quella operata schiacciata a terra
- Esercizi da seduti: estensione alternata
flessione senza esagerare
intrarotazione a pendolo

ANCA Clinic

info@ancaclinic.it

Tel. +39 06 68892472 FAX +39 06 68213529

Cyclette a casa

partendo con sellino

dopo 3 settimane dall'intervento: primo giorno 3 x 5 minuti senza resistenza

secondo gg 3 x 7 " " "

terzo gg 3 x 10 " " "

quarto gg 3 x 12 " " "

quinto gg 3 x 15 " " "

nella seconda settimana stessa progressione della prima settimana con poca resistenza