



ד"ר אורן צביאלי אורתופד מנתח מומחה

מרפאה: בריאותא קומה 2, נפחא 25 מרכז ONE באר שבע, טלפון 08-9585300

www.Shoulderdoc.co.il 077-4448622 פקס tsvieli@gmail.com

פרוטוקול פיזיותרפיה לאחר החלפת מפרק כתף מלאה

VERSO Reverse Total Shoulder Replacement

גישה ניתוחית לרוב סופרולטרלית לכתף

הגבלות : להימנע מנשיאת משקל על הזרוע לדוגמה דחיפת הגוף משיבה לקימה למשך חודש ימים. עבודה מאומצת על סיבוב פנימי (יד מאחורי הגב) וחיכוני באדדוקציה.



הפרוטוקול מהווה המלצה בלבד, ולא נועד להחליף פרוטוקול אחר שניתן ע"י הרופא המנתח. מבוסס על המלצות יחידת הכתף Reading Shoulder Unit באנגליה, ע"י מעצב הפרוטזה והתהליך להחלפת כתף בגיאומטריה הפוכה VERSO. (פרופ' עופר לוי)

שבוע ראשון לאחר הניתוח :

- הפעלה פאסיבית לכל כיווני התנועה ER עד 0 מעלות בלבד בגישה דלתא פקטורלית.
- הפעלת צוואר ושכמות.
- הפעלת מרפק, שורש כף היד ואצבעות באופן אקטיבי.
- טיפול להורדת כאב ונפיחות.
- הפעלת מטוטלת (פנדולרית) לכתף.
- עבודה על טווחים בשכיבה

שבוע עד שלושה שבועות לאחר הניתוח : (ביקורת אורתופד מנתח לאחר 3 שבועות)

- עבודה אקטיבית נעזרת לכל כיווני התנועה מלבד FF (המשך עבודה פאסיבית לכיוון ER עד 0 מעלות בלבד בגישה דלתא פקטורלית).
- חיזוק איזומטרי לכל הכיוונים מלבד FF. (אין לבצע חיזוק איזומטרי לכיוון IR בגישה דלתא פקטורלית).
- תרגול מודעות ליציבה.

שלושה עד שישה שבועות לאחר ניתוח :

- עבודה אקטיבית נעזרת לכל כיווני התנועה. ניתן לעבוד לכיוון אבדוקציה באופן אקטיבי.
- שימוש בגלגלת.
- תחילת תרגול פרופריוצפטיבי בהתאם למגבלות.

לאחר שישה שבועות: (ביקורת מנתח)

- ניתן לעבוד בטווחי תנועה מלאים, עלייה בהתנגדות עד לחזרה מלאה לתפקוד.
- יש להקפיד על חיזוק הדרגתי של שרירי הדלתואיד הקדמי, פרופריוצפציה, קינזיה נכונה של השכמות, שחרור מתח בשרירי הצוואר והשכמות.
- חשיבות גדולה לטווחים הפאסיביים, מבחינת התפקוד ומבחינת הכאב.