



DR De Vos
ORTHOPEDIE

Dr. J. De Vos

Kniechirurgie
Enkel- en voetchirurgie
Heupprothese
Sportletsels

Afspraken

T 055 33 67 45
W www.afspraken.be
E orthopedie@azoudenaarde.be

<http://www.dokterdevosjens.be>
<http://www.orthopedie-vlaamseardennen.be>
<http://www.azoudenaarde.be>



**Kinesitherapeutisch voorschrift na een MPFL
(mediaal patellofemoraal ligament)
reconstructie**

Naam patiënt

Zijde: Links - Rechts

Aantal sessies: 30-60

sessies per week: 3-5/week

Datum:

Nomenclatuur: 294081N300 (MPFL)

290021N375 (MPFL+)

Deze ingreep wordt soms geïsoleerd verricht, of in combinatie met een osteotomie van de tuberositas. In het laatste geval dient er verwezen te worden naar het desbetreffende revalidatieschema

Immobilisatie:

Geen immobilisatie vereist.
Progressieve mobilisatie volgens de pijngrens.
Bracing gedurende 4 weken (brace LOS)
Na 4 weken dient zeker 90° flexie bereikt te worden!

Gangrevalidatie:

0-3 weken postoperatief: stappen met 2 krukken
3-6 weken postoperatief: stappen met 1 kruk en versneld de krukken afbouwen.
Na 6 weken: volledige steunname zonder beperkingen

Mobiliteit:

Patellamobilisaties (minimum 8 weken)
Start mobilisaties na 2 weken, eerste 2 weken geen mobilisaties
Progressieve mobilisatie volgende pijngrenzen. 90 graden dient bereikt te worden na 4 weken.



DR De Vos
ORTHOPEDIE

Oefentherapie:

- 0-8 weken postoperatief:
 - kuitspieroefeningen
 - hamstringsoefeningen
 - cocontracties hamstrings/quadriceps

- vanaf volledige steunname:
 - quadricepstonificatie in gesloten keten oefeningen

De aangeduide tijdstippen zijn slechts indicatief en dienen aangepast te worden aan de mogelijkheden en eventuele revalidatieproblemen van de patiënt.

Dr. De Vos J

1-36967-94-480