

**POSLIJEOPERACIJSKA REHABILITACIJA NAKON
ELONGACIJE POTKOLJENICE
PO ILLIZAROVU**



Specijalna bolnica za
ortopediju i traumatologiju

I FAZA (ELONGACIJA)	II FAZA (ZAVRŠETAK ELONGACIJE)
<ul style="list-style-type: none"> ➤ peti postoperativni dan započeti s elongacijom ➤ svakodnevno se elongira 2x 0.5 mm ➤ prva RTG kontrola sedmi postoperativni dan ,a zatim po dogovoru s operaterom do završene elongacije i završnom panaramskom snimkom ➤ kondicione vježbe tijela ➤ individualne vježbe nožnog zgloba, koljena i kuka (pasivne , asistirane, AKTIVNE) <p>FORSIRATI DORZIFLEKSIJU STOPALA TE ODRŽATI PUNU EKSTENZIJU KOLJENA</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ vježbom održavati muskulaturu operirane noge ➤ izotoničke i izometričke vježbe cijele noge u svim položajima ➤ trodimenzionalni pokret ➤ vježbe zatvorenog i otvorenog kinetičkog lanca ➤ ES m. kvadricepsa ➤ u vrijeme elongacije hod s dvjema štakama i opterećenjem po toleranciji 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ provoditi sve naučene vježbe ➤ puni opseg pokreta, stopala , koljena i kuka ➤ nakon završene elongacije nastavak hoda sa štakama i većim opterećenjem do sljedeće RTG kontrole (dogovor s operaterom) ➤ s navršena 2-3 mjeseca progresija opterećenja hodom i postupan prijelaz na hod s jednom štakom ➤ nakon završenog procesa cijeljenja, RTG kontrole dopušta se hod bez štaka (puno opterećenje operirane noge) <p>NAKON ODSTRANJENJA FIKSATORA PREPORUČUJE SE NEKOLIKO DANA HOD S JEDNOM ŠTAKOM (DOGOVOR S OPERATEROM)</p>