
Richtlijn voor nabehandeling door de fysiotherapeut na Lattisimus dorsi transfer operatie.

Algemeen aandachtspunten:

- Immobilizer dragen gedurende een periode van zes weken postoperatief, dag en nacht.

Start 1^e lijns fysiotherapie: direct

Behandeling:

Fase I – Onmiddellijke postoperatieve fase (Weken 0-6)

Doelen:

- Beschermen van chirurgisch herstel.
- Voorkomen van de negatieve effecten van immobilisatie.
- Bevorderen dynamische stabiliteit en proprioceptie.
- Verminderen pijn en ontstekingsverschijnselen.

Oefeningen week 0-6:

- Abductiekussen gedurende 4 weken – vanaf 4 tot 6 weken kussen wegnemen.
- Immobilizer gedurende 6 weken.
- Aanleren elleboog/pols/hand actieve ROM.
- Aanleren schuifoefeningen.
- Aanleren thoracoscapulaire oefeningen (protractie, retractie, elevatie, depressie).
- Aanleren auto-passieve oefeningen:
 - In liggende positie flexie tot 90° (doel na 2-3 weken).
- Actief-geassisteerde oefeningen.

Fase II – Intermediare Fase (Weken 7-12)

Doelen:

- Herwinnen van een volledige Range Of Motion (ROM).
- Beschermen van de integriteit van het chirurgisch herstel : vanaf nu mag actief geassisteerde exorotatie geoefend worden (binnen de pijngrens).
- Herstellen van de spierkracht en coördinatie.
- Versterken van de neuromusculaire controle.

Oefeningen Week 7-12:

- Immobilizer weglaten
- Scapulaire krachtsoefeningen.
- Uitbreiden van de auto-passieve oefeningen:
 - In lig: anteflexie tot 150°.
 - Slingeroefeningen
- (Geleid) actieve oefeningen.
- Actieve mobiliserende oefeningen.
- Proprioceptieve neuromusculaire facilitatie.

Fase III– Terugkeer naar actieve fase (vanaf 3 maanden)

Doelen:

- Verbeteren musculaire coördinatie, kracht en uithoudingsvermogen (waarbij zware krachttraining geen doel mag zijn).
- Opbouwen van normale functionele activiteiten.

Oefeningen vanaf maand 3:

- Scapulaire krachtsoefeningen.
- Uitbreiden van de oefeningen fase I en II, met (lichte) krachttraining.
- Actieve mobiliserende oefeningen tegen weerstand.
- Oefenen steunname op de geopereerde arm.

Contact

Fysiotherapie Locatie Oost
T: (020) 599 30 13

Fysiotherapie Locatie West
T: (020) 510 83 67
