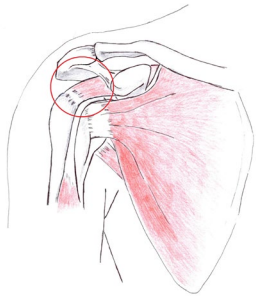


L'intervento di riparazione della cuffia dei rotatori

La cuffia dei rotatori è una struttura formata da 4 tendini (relativi ai muscoli sovraspinato, sottospinato, sottoscapolare e piccolo rotondo) che coprono la testa dell'omero "a cuffia" e si inseriscono sullo stesso.

La riparazione chirurgica dei tendini lesionati viene eseguita, normalmente in artroscopia, al fine di ripristinare la normale funzionalità della spalla.



Il tutore

Per garantire la "cicatizzazione" della riparazione chirurgica effettuata è necessario indossare un tutore, giorno e notte, per un periodo di 4-6 settimane come indicato dal chirurgo ortopedico. Il tutore può essere tolto per l'igiene e il cambio di abiti, ma in queste operazioni è necessario sostenere l'arto operato con quello sano nella stessa posizione che avrebbe nel tutore. E' consigliabile farsi aiutare in queste operazioni da un'altra persona.

Gestione del dolore

Utile nei primi 14 giorni l'applicazione di ghiaccio sulla spalla operata per 15 minuti più volte al giorno.

Durante la notte qualora sia difficile il sonno provare la posizione semi-seduta.

Proseguire la terapia farmacologia analgesica prescritta e in caso di persistenza dei sintomi rivolgersi al medico.

Esercizi di mobilità con tutore

Durante queste 4-6 settimane è consigliabile eseguire, più volte al giorno con il tutore indossato, degli esercizi per la mobilità del rachide cervicale (muovendo il capo), per il gomito (raddrizzandolo e piegandolo dopo aver aperto le cinghie che sostengono l'avambraccio) e per la mano (aprendola e chiudendola)



Riabilitazione nelle prime 4-6 settimane dall'intervento

Solo nei casi indicati dal chirurgo ortopedico è prescritta la riabilitazione ambulatoriale per la mobilizzazione passiva precoce dell'arto.

Svezzamento dal tutore e primi esercizi di mobilità

Dopo il controllo ortopedico delle 4-6 settimane è possibile iniziare gradualmente a togliere il tutore durante il giorno e successivamente anche di notte.

Si può iniziare ad utilizzare l'arto operato nelle attività della vita quotidiana più leggere come mangiare, scrivere, lavarsi, evitando i movimenti che provocano dolore e attività pesanti come i lavori domestici, stirare, giardinaggio...

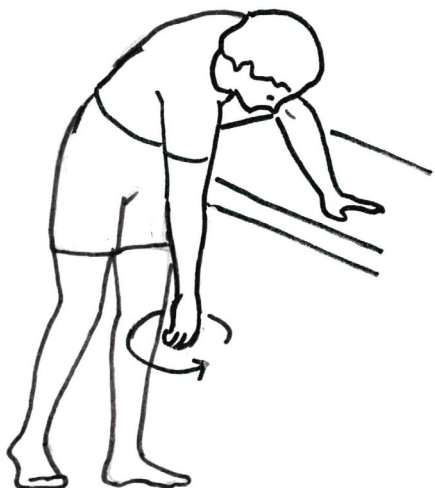
Riabilitazione dopo 4-6 settimane dall'intervento

E' consigliabile dopo lo svezzamento dal tutore che il paziente si rivolga ad un centro riabilitativo ambulatoriale per la presa in carico riabilitativa.

Nel frattempo il paziente può eseguire l'esercizio di pendolamento sotto riportato.

Durante l'esecuzione il paziente non deve sentire dolore.

Esercizio del pendolamento: inclinandosi un po' in basso con il tronco, eseguire cerchi, inizialmente piccoli poi nei giorni successivi sempre più ampi, con l'arto operato.



CONTATTI

RIABILITAZIONE SAN DANIELE

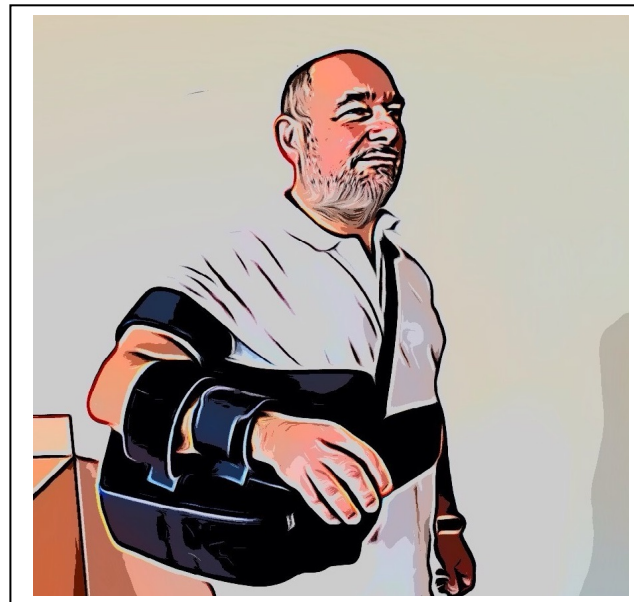
Segreteria 0432 949290

Orario: dalle 8:00 alle 13:00

ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA SAN DANIELE

Segreteria 0432 949405

Orario: dalle 8:00 alle 15:00



RIABILITAZIONE DOPO RIPARAZIONE DELLA CUFFIA DEI ROTATORI



ASU FC

Azienda sanitaria
universitaria
Friuli Centrale

DIPARTIMENTO RIABILITATIVO

SOC RIABILITAZIONE SAN DANIELE TOLMEZZO