AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Akromioklaviküler Eklem Rekonstrüksiyonu

Klavikula ile kürek kemiği arasındaki bağların onarılarak/yeniden yapılandırılarak eklem stabilitesinin sağlanmasıdır.

Hastanede kalış	Genellikle aynı gün
Koruma	Askı sıklıkla 4–6 hafta
Yük / kullanım	Kol üzerinden yük verme yok
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

• Klavikula ile kürek kemiği arasındaki bağların onarılarak/yeniden yapılandırılarak eklem stabilitesinin sağlanmasıdır.

• Amaç ağrıyı azaltmak, stabiliteyi artırmak veya kol fonksiyonunu iyileştirmektir.

• Askı süresi yapılan işleme, doku kalitesine ve eşlik eden tamirlere göre değişebilir.

• El, el bileği ve dirsek hareketleri çoğu hastada erken dönemde başlanabilir.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–6 hafta	Kolla yük yok	İlk dönemde PROM ≤90°; çapraz adduksiyon ve arkaya uzanma yok	El-dirsek AROM, korunmuş PROM
Faz 2 · 6–8 hafta	Hafif kullanım	AAROM→AROM	Masa kaydırma, aktif elevasyon, skapular setting
Faz 3 · 8–12 hafta	Hafif direnç	Tam ROM'a ilerleme	Cuff/periskapular hafif güç
Faz 4 · 12–16 hafta+	Fonksiyonel yük	Tam ROM	Progresif kuvvet; temas sporu daha geç

Not: Cerrahi teknik, eşlik eden tamir, kemik/tendon kalitesi ve cerrahın intraoperatif değerlendirmesi protokolü değiştirebilir.