AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Anatomik Total Omuz Protezi

Omuz eklem yüzeylerinin yapay eklem bileşenleri ile değiştirilmesidir. Amaç ağrıyı azaltmak ve omuz hareketini iyileştirmektir.

Hastanede kalış	Genellikle 1 gece
Koruma	Askı çoğunlukla 3–6 hafta
Yük / kullanım	Ameliyatlı kolla erken yük kısıtlı
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

• Omuz eklem yüzeylerinin yapay eklem bileşenleri ile değiştirilmesidir. Amaç ağrıyı azaltmak ve omuz hareketini iyileştirmektir.

• 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 · 0–3 hafta	Ameliyatlı kolla yük yok	Omuz AROM yok; PROM fleksiyon/scaption toleransa göre, abdüksiyon ≤90°, ER yaklaşık ≤30°	El-el bileği-dirsek AROM, skapular setting, kontrollü PROM
Faz 2 · 4–6 hafta	Hafif günlük kullanım	AAROM → AROM; ER kontrollü	Cane/table slide, aktif-yardımlı elevasyon, hafif izometrik
Faz 3 · 7–11 hafta	Hafif yük; ağır kaldırma yok	Tam ROM'a kademeli ilerleme	Rotator manşet, deltoid ve periskapular hafif direnç
Faz 4 · 12–16 hafta+	Fonksiyonel yük kademeli	Fonksiyonel tam ROM	Direnç progresyonu, günlük yaşam ve düşük etkili spor

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