AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Aşil Tendon Onarımı

Kopmuş Aşil tendonunun cerrahi olarak tamir edilmesidir.

Hastanede kalış	Genellikle aynı gün
Koruma	Atel/bot zorunlu
Yük / kullanım	Bot içinde kademeli yük planlanır
İlk kontrol	10–14 gün

Kısa Bilgilendirme

- Kopmuş Aşil tendonunun cerrahi olarak tamir edilmesidir.
- Amaç ağrıyı azaltmak, ayak/ayak bileği stabilitesini ve günlük işlevi iyileştirmektir.
- Şişliği azaltmak için ayağı yükseltmek çoğu işlemde faydalıdır.
- Yük verme planı yapılan işlem ve tespit yöntemine göre ciddi farklılık gösterebilir.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–3 hafta	NWB	Dorsifleksiyon nötrün ötesine yok	Kalça-diz-core güç, parmak hareketi
Faz 2 · 4–6 hafta	Topuk yükselticili botta progresif WB	DF nötre kadar kontrollü	Gait, hafif aktif plantar fleksiyon protokole göre
Faz 3 · 7–12 hafta	Tam yüke geçiş	ROM normalleşir	Calf aktivasyonu, denge, gait
Faz 4 · 3–12 ay	Koşu 5–6 ay civarı; spor 9–12 ay	Tam ROM	Heel raise, koşu, çeviklik, spor-spesifik

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