Başparmak CMC Artroplastisi

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fazları

Başparmak kök eklemi kireçlenmesinde ağrıyı azaltmaya yönelik rekonstrüktif cerrahidir.

Faz 1 · 0–2 hafta	
Yük verme	Pinch/kavrama yok
Askı / ortez	Başparmak spica
ROM	IP ve diğer parmaklar serbest; CMC korunur
Egzersiz	Ödem kontrolü, IP ROM
Geçiş kriteri	Yara iyileşmesi

Faz 2 · 2–6 hafta	
Yük verme	Hafif kullanım
Askı / ortez	Termoplastik CMC ortez
ROM	Kontrollü CMC/MCP ROM
Egzersiz	Başparmak opozisyonu, hafif tendon glide
Geçiş kriteri	Ağrısız hareket

Faz 3 · 6–8 hafta	
Yük verme	Hafif pinch/kavrama
Askı / ortez	Ortezden kademeli çıkış
ROM	ROM artırılır
Egzersiz	Hafif pinch/kavrama, el intrensekleri
Geçiş kriteri	Fonksiyonel kullanım

Faz 4 · 8–12 hafta+	
Yük verme	Dirençli kavrama kademeli
Askı / ortez	—
ROM	Fonksiyonel ROM
Egzersiz	Pinch/kavrama güç ve ince motor
Geçiş kriteri	Güç ve ağrı hedefleri

Akademik Notlar

• El cerrahisinde ödem kontrolü ve tendon kaydırma hareketleri sertliği azaltmada önemlidir.

• Sinir dekompresyonu sonrası yakınmaların düzelme hızı preoperatif sinir hasarı düzeyine göre değişebilir.

• Tendon ve bağ cerrahilerinde koruma ile erken kontrollü hareket arasında dikkatli denge gerekir.

Kontrol Zamanları

• 7–14 gün: yara/dikiş kontrolü.

• 4–6 hafta: ağrı, duyusal bulgular ve hareket açıklığı değerlendirmesi.

• Gerektiğinde el terapisi planlanır.

Uyarı Bulguları
Artan uyuşma, şiddetli ağrı, morarma/soğukluk, yara akıntısı veya belirgin hareket kaybında yeniden değerlendirme gerekir.