AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

# Distal Radius Kırığı Cerrahisi

El bileği kırığının plak/vida veya benzeri yöntemlerle tespit edilmesidir.

| | |
|---|---|
| **Hastanede kalış** | Genellikle 1 gece |
| **Koruma** | Atel/ortez sıklıkla 1–3 hafta |
| **Yük / kullanım** | El üzerine yük verme gecikir |
| **İlk kontrol** | 7–14 gün |

## Kısa Bilgilendirme

- El bileği kırığının plak/vida veya benzeri yöntemlerle tespit edilmesidir.
- Amaç ağrıyı azaltmak, sinir/tendon fonksiyonunu korumak ve el kullanımını iyileştirmektir.
- Parmak hareketlerine çoğu işlemde erken dönemde başlanır.
- Ağır kavrama ve yük verme, yara iyileşmesi ve cerrahi işleme göre kademeli artırılır.

## Rehabilitasyon Özeti

| Faz | Yük/Kullanım | ROM | Egzersiz |
|---|---|---|---|
| **Faz 1 · 0–10 gün** | Üst ekstremite NWB; kuvvetli kavrama yok | Parmak-dirsek-omuz ROM; bilek korunur | Parmak tendon glide, elevasyon, dirsek/omuz AROM |
| **Faz 2 · 10 gün–5 hafta** | Hafif fonksiyon | Bilek ve önkol ROM başlanır | Fleksiyon-ekstansiyon, pronasyon-supinasyon, kavrama hafif |
| **Faz 3 · 6–8 hafta** | Radyografiye göre yük artar | Tam ROM hedefi | Kavrama, bilek güçlendirme |
| **Faz 4 · 8–12 hafta+** | Progresif yük taşıma | Fonksiyonel ROM | Kapalı zincir/el üzerine kontrollü yük, iş dönüşü |

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