AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Diz Çoklu Bağ Rekonstrüksiyonu

Birden fazla diz bağının aynı seansta veya aşamalı olarak onarılması/yeniden yapılmasıdır.

Hastanede kalış	Genellikle 1 gece
Koruma	Dizlik zorunlu olabilir
Yük / kullanım	Rehabilitasyon koruyucudur
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

• Birden fazla diz bağının aynı seansta veya aşamalı olarak onarılması/yeniden yapılmasıdır.

• İlk hedef ağrı ve şişliği azaltmak, dizin tam açılmasını sağlamak ve quadriceps kasını yeniden aktive etmektir.

• Yük verme düzeyi; yapılan işleme, eşlik eden menisküs/kıkırdak tamirlerine ve cerrahınızın protokolüne göre değişir.

• Dizlik veya yardımcı cihaz kullanımı doktor önerisiyle düzenlenir.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–6 hafta	Çoğu vakada NWB/PWB	Tam ekstansiyon; fleksiyon kontrollü	Quad set, SLR; bağ-spesifik koruma
Faz 2 · 6–12 hafta	Yük kademeli	ROM artırılır	Closed-chain, gait, denge
Faz 3 · 3–6 ay	Tam yük	Tam ROM	İleri güç/neuromusküler kontrol
Faz 4 · 9–12 ay+	Spor dönüşü	Tam ROM	Koşu, plyometrik, yön değiştirme

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