Halluks Rijidus Cerrahisi

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fazları

Başparmak MTP eklemi sertlik/ağrısına yönelik cheilectomy, artrodez veya implant işlemleridir.

Cheilectomy · 0–2 hafta	
Yük verme	WBAT postop ayakkabıyla
Askı / ortez	Postop ayakkabı
ROM	Erken 1. MTP ROM
Egzersiz	Toe ROM, ödem kontrolü
Geçiş kriteri	Yara iyi

Cheilectomy · 2–6 hafta	
Yük verme	Normal ayakkabıya geçiş
Askı / ortez	—
ROM	ROM artırılır
Egzersiz	Gait, calf/intrensek güç
Geçiş kriteri	Ağrısız toe-off

MTP artrodez · 0–6 hafta	
Yük verme	Sınırlı/korumalı yük
Askı / ortez	Boot/cast
ROM	MTP ROM YOK
Egzersiz	Ödem kontrolü, diğer eklem ROM
Geçiş kriteri	Füzyon korunur

MTP artrodez · 6–12 hafta+	
Yük verme	Kaynamaya göre yük artar
Askı / ortez	Boot→ayakkabı
ROM	MTP sabit
Egzersiz	Gait ve genel ayak güç
Geçiş kriteri	Radyolojik kaynama

Akademik Notlar

• Ayak ve ayak bileği cerrahilerinde ödem kontrolü ile yumuşak doku iyileşmesi kritik önemdedir.

• Yük verme planı kullanılan osteotomi/fiksasyon tekniğine, tendon tamirine ve yumuşak doku durumuna göre değişir.

• Spora dönüşte denge, tek ayak kontrolü ve ağrısız itiş gücü önemlidir.

Kontrol Zamanları

• 10–14 gün: yara ve pansuman/dikiş kontrolü.

• 4–6 hafta: yük verme ve bot/ayakkabı planı.

• 6–12 hafta: yürüyüş, güç ve denge değerlendirmesi.

Uyarı Bulguları
Ayakta soğukluk/morarma, kontrol edilemeyen ağrı, belirgin duyu kaybı, yara akıntısı, ateş veya baldırda ani şişme-ağrı varsa değerlendirme gerekir.