Periasetabular Osteotomi

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fazları

Gelişimsel kalça örtünme sorunlarında asetabulumun yönünün değiştirilmesidir.

Faz 1 · 0–6/8 hafta	
Yük verme	Kısmi yük
Askı / ortez	Koltuk değneği
ROM	Erken kontrollü ROM
Egzersiz	Quad/glute/core aktivasyonu, kontrollü gait
Geçiş kriteri	Osteotomi korunur

Faz 2 · 6–12 hafta	
Yük verme	Grafiye göre tam yüke geçiş
Askı / ortez	Koltuk değneği azaltılır
ROM	ROM artırılır
Egzersiz	Abdüktör güç, gait, denge
Geçiş kriteri	Kaynama progresyonu

Faz 3 · 3–6 ay	
Yük verme	Tam yük
Askı / ortez	—
ROM	Tam ROM
Egzersiz	Fonksiyonel kuvvet, tek bacak kontrol
Geçiş kriteri	İyi gait ve güç

Faz 4 · 6–12 ay	
Yük verme	Atletik dönüş
Askı / ortez	—
ROM	Tam ROM
Egzersiz	Koşu/plyometrik/spor-spesifik
Geçiş kriteri	Kaynama + fonksiyon testleri

Akademik Notlar

• Kalça cerrahilerinde yardımcı cihaz bırakma kararı yalnızca zamana göre değil; ağrı, Trendelenburg, denge ve yük toleransına göre verilmelidir.

• Artroskopi ve eklem koruyucu cerrahilerde kapsül/kemik iyileşmesi nedeniyle yük verme daha koruyucu planlanabilir.

• Kırık cerrahilerinde osteoporoz, kırık paterni ve tespit stabilitesi protokolü belirler.

Kontrol Zamanları

• 10–14 gün: yara ve yürüme kontrolü.

• 4–6 hafta: yük verme ve kas gücü değerlendirmesi.

• 3. ay ve sonrası: fonksiyonel ilerleme ve aktivite dönüşü.

Uyarı Bulguları
Nefes darlığı, göğüs ağrısı, baldırda ani şişlik, ateş, yara akıntısı, yeni deformite veya ani şiddetli kalça ağrısında değerlendirme gerekir.