Revizyon Total Diz Protezi

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fazları

Önceki diz protezinin gevşeme, aşınma veya başka nedenlerle yenilenmesidir.

Faz 1 · 0–2 hafta	
Yük verme	Stabil revizyonda çoğunlukla erken yük; kompleks olguda cerrah belirler
Askı / ortez	Yardımcı cihaz/brace işleme göre
ROM	Tam ekstansiyon öncelikli; ROM cerrahi kapsamına göre
Egzersiz	Quad set, SLR uygunsa, heel slide, gait
Geçiş kriteri	Yara ve tespit stabilitesi

Faz 2 · 2–6 hafta	
Yük verme	Yük cerrahiye göre
Askı / ortez	Brace varsa sürer
ROM	ROM progresyonu
Egzersiz	Gait, bisiklet uygunsa, kontrollü güç
Geçiş kriteri	Stabil implant/kemik durumu

Faz 3 · 6–12 hafta	
Yük verme	Kademeli tam yük
Askı / ortez	—
ROM	Fonksiyonel ROM
Egzersiz	Kuvvet ve denge
Geçiş kriteri	İyi gait ve düşük ağrı

Faz 4 · 3 ay+	
Yük verme	Fonksiyonel
Askı / ortez	—
ROM	Fonksiyonel
Egzersiz	Dayanıklılık ve ADL
Geçiş kriteri	Kompleks revizyonda bireysel

Akademik Notlar

• Diz cerrahilerinde tek tip rehabilitasyon yoktur; eşlik eden menisküs/kıkırdak veya çoklu bağ işlemleri protokolü belirgin şekilde değiştirir.

• Tam ekstansiyonun korunması birçok diz ameliyatında erken önceliktir.

• Koşu ve spora dönüş için yalnızca süre değil, güç simetrisi, ağrı, hareket açıklığı ve fonksiyon testleri dikkate alınmalıdır.

Kontrol Zamanları

• 7–14 gün: yara ve erken hareket kontrolü.

• 4–6 hafta: hareket açıklığı, kas aktivasyonu ve yük verme planı.

• 3. ay: güç, denge ve fonksiyon değerlendirmesi.

• Spor/yoğun işe dönüş: kriter temelli değerlendirme ile.

Uyarı Bulguları
Baldırda ani şişme-ağrı, nefes darlığı, ateş, yara akıntısı, dizde beklenmedik hızlı şişme veya yeni kilitlenme/boşalma hissi değerlendirilmelidir.