AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Ters Total Omuz Protezi

Omuzun küre-yuva yapısı ters çevrilerek deltoid kasından daha fazla yararlanılan protez uygulamasıdır.

Hastanede kalış	Genellikle 1 gece
Koruma	Askı çoğunlukla 3–6 hafta
Yük / kullanım	Kol üzerinden destek alma yok
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

- Omuzun küre-yuva yapısı ters çevrilerek deltoid kasından daha fazla yararlanılan protez uygulamasıdır.
- Amaç ağrıyı azaltmak, stabiliteyi artırmak veya kol fonksiyonunu iyileştirmektir.
- Askı süresi yapılan işleme, doku kalitesine ve eşlik eden tamirlere göre değişebilir.
- El, el bileği ve dirsek hareketleri çoğu hastada erken dönemde başlanabilir.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–3 hafta	Kolla itme-çekme ve vücut ağırlığı taşıma yok	AROM/AAROM yok; PROM fleksiyon/scaption ≤120°, abdüksiyon ≤90°; IR yok	El-dirsek AROM, sarkaç/korunmuş PROM, skapular setting
Faz 2 · 4–6 hafta	Hafif kullanım	AAROM → kontrollü AROM	Deltoid izometrikleri, masa kaydırma, aktif-yardımlı elevasyon
Faz 3 · 7–12 hafta	Hafif fonksiyonel yük	IR yavaşça eklenir; arkaya uzanma kontrollü	Deltoid/periskapular güç, aktif elevasyon, dış rotator aktivasyon
Faz 4 · 12–16 hafta+	Fonksiyonel yük	Fonksiyonel ROM	Progresif deltoid ve skapular kuvvet, dayanıklılık

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