Ulnar Kısaltma Osteotomisi

Fizik Tedavi ve Rehabilitasyon Fazları

Ulna uzunluğunu azaltarak ulnar impaksiyonu düzeltmeye yönelik osteotomidir.

Faz 1 · 0–2 hafta	
Yük verme	Yük yok
Askı / ortez	Splint
ROM	Parmak ROM
Egzersiz	Ödem kontrolü, parmak hareketi
Geçiş kriteri	Yara iyileşmesi

Faz 2 · 2–6 hafta	
Yük verme	Kemiğe yük yok
Askı / ortez	Ortez
ROM	Bilek/önkol kontrollü ROM
Egzersiz	Fleks-ext, pron-sup kontrollü
Geçiş kriteri	Radyolojik progresyon

Faz 3 · 6–8 hafta	
Yük verme	Hafif direnç
Askı / ortez	Ortez azaltılır
ROM	ROM artırılır
Egzersiz	Hafif kavrama/bilek güç
Geçiş kriteri	Kaynama bulgusu

Faz 4 · 8–12 hafta+	
Yük verme	Progresif yük
Askı / ortez	—
ROM	Tam ROM
Egzersiz	Kavrama ve tekrarlayan rotasyon kademeli
Geçiş kriteri	Kaynama doğrulanması

Akademik Notlar

• El cerrahisinde ödem kontrolü ve tendon kaydırma hareketleri sertliği azaltmada önemlidir.

• Sinir dekompresyonu sonrası yakınmaların düzelme hızı preoperatif sinir hasarı düzeyine göre değişebilir.

• Tendon ve bağ cerrahilerinde koruma ile erken kontrollü hareket arasında dikkatli denge gerekir.

Kontrol Zamanları

• 7–14 gün: yara/dikiş kontrolü.

• 4–6 hafta: ağrı, duyusal bulgular ve hareket açıklığı değerlendirmesi.

• Gerektiğinde el terapisi planlanır.

Uyarı Bulguları
Artan uyuşma, şiddetli ağrı, morarma/soğukluk, yara akıntısı veya belirgin hareket kaybında yeniden değerlendirme gerekir.