AMELİYAT SONRASI HASTA KARTI

Unikondiler Diz Protezi

Dizin yalnızca tek kompartmanının protezle değiştirilmesidir.

Hastanede kalış	Genellikle 1 gece
Koruma	Erken mobilizasyon
Yük / kullanım	Tam yüke çoğu hastada erken geçilebilir
İlk kontrol	7–14 gün

Kısa Bilgilendirme

• Dizin yalnızca tek kompartmanının protezle değiştirilmesidir.

• İlk hedef ağrı ve şişliği azaltmak, dizin tam açılmasını sağlamak ve quadriceps kasını yeniden aktive etmektir.

• Yük verme düzeyi; yapılan işleme, eşlik eden menisküs/kıkırdak tamirlerine ve cerrahınızın protokolüne göre değişir.

• Dizlik veya yardımcı cihaz kullanımı doktor önerisiyle düzenlenir.

Rehabilitasyon Özeti

Faz	Yük/Kullanım	ROM	Egzersiz
Faz 1 · 0–2 hafta	WBAT	Tam ekstansiyon, fleksiyon kademeli	Quad set, SLR, heel slide, yürüme
Faz 2 · 2–6 hafta	Tam yük	ROM artırılır	Bisiklet, step, squat
Faz 3 · 6–12 hafta	Tam yük	Fonksiyonel ROM	Güç, denge, dayanıklılık
Faz 4 · 3 ay+	Düşük etkili spor	Fonksiyonel	Yürüme, bisiklet, yüzme, golf

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