

Artroskopik Bankart Tamiri

Tekrarlayan öne omuz çıkıklarında yırtılmış labrumun glenoid kenarına ankorlarla yeniden sabitlenmesidir.

Hastanede kalış Genellikle aynı gün / 1 gece	Koruma Askı 3-6 hafta tipik
Yük/kullanım Kolla yük yok	İlk kontrol 7-14 gün

Ameliyat sonrası temel bilgiler

- İlk haftalarda dış rotasyon ve abdüksiyon kontrollü tutulur; amaç onarılan labrumu korumaktır.
- Hareket sınırları ek kapsüler işlemlere göre değişebilir.

Yara bakımı

- Kesileri kuru tutun.
- Askı cildi tahriş ediyorsa veya elde dolaşım sorunu varsa kontrol gerekir.

Yük verme / koruma takvimi

0-4 hafta - Koruma: Askı; aktif omuz kaldırma ve zorlayıcı dış rotasyon yok.

4-6 hafta - AAROM: Pasif/aktif-yardımlı hareketler kademeli artar.

6-12 hafta - Aktif hareket + güç: Skapular kontrol ve rotator manşet kuvvetlendirme başlanır.

Fizik tedavi / ev egzersizleri

İlk haftalar - El-dirsek hareketleri: Omuz korunurken çevre eklemleri hareket ettirin.

4-6 hafta - Sarkaç ve AAROM: Ağrısız aralıkta, dış rotasyon sınırlarına uyarak.

6 hafta+ - İzometrik rotator manşet: Doktor/fizyoterapist onayıyla hafif izometrik aktivasyon.

Kontroller

- 7-14 gün
- 4-6 hafta
- 3 ay ve sonrası fonksiyonel kontrol

Ne zaman yeniden değerlendirme gerekir?

Yeni çıkık hissi, travma sonrası deformite, ateş, akıntı veya elde belirgin dolaşım/duyu değişikliği.

Kaynaklar

- AAOS OrthoInfo / güncel klinik kılavuzlar
- Rockwood and Matsen's The Shoulder, 6. baskı
- Campbell's Operative Orthopaedics, 14. baskı

Doç. Dr. Bülent KARSLIOĞLU

Ortopedi ve Travmatoloji

www.bulentkarslioglu.com

Bu belge genel bilgilendirme amaçlıdır; kişisel muayene ve tedavi planının yerine geçmez.