

Artroskopik Rotator Manşet Tamiri

Yırtık rotator manşet tendonunun artroskopik olarak kemiğe yeniden tutturulmasıdır.

Hastanede kalış Genellikle aynı gün / 1 gece	Koruma Askı; tamirin boyutuna göre
Yük/kullanım Kolla yük yok	İlk kontrol 7-14 gün

Ameliyat sonrası temel bilgiler

- İlk amaç tendon-kemik iyileşmesini korumaktır. Askı süresi yırtık boyutu, doku kalitesi ve ek işlemlere göre değişir.
- Dirsek-el bileği-parmak hareketleri erken dönemde sürdürülür; omuz aktif hareketi cerrah protokolüne göre geciktirilir.

Yara bakımı

- Artroskopi kesilerini temiz ve kuru tutun.
- Akıntı, artan kızarıklık veya ateş gelişirse erken değerlendirme gerekir.

Yük verme / koruma takvimi

0-4/6 hafta - Askı + koruma: Ameliyatlı kolla itme, çekme, taşıma ve yataktan destek alma yok.

4-8 hafta - Pasif → aktif-yardımlı: Tamirin güvenliğine göre hareket ilerletilir.

10-12 hafta+ - Kademeli güçlendirme: Dirençli egzersizler doktor/fizyoterapist onayıyla.

Fizik tedavi / ev egzersizleri

İlk gün - El-dirsek hareketleri: Eli aç-kapa, dirseği bük-aç; omzu aktif kaldırma.

Doktor önerisiyle - Sarkaç (Codman): Gövdeyi öne eğip kolu gevşek bırakın; küçük daireler.

4-6 hafta civarı - Sopa yardımcı elevasyon: Sağlam kol yardımıyla ameliyatlı kolu pasif/yardımlı kaldırın.

Kontroller

- 7-14 gün: yara ve askı kontrolü.
- 4-6 hafta: hareket protokolünün ilerletilmesi.
- 2-3 ay ve sonrası: aktif hareket ve güçlendirme.

Ne zaman yeniden değerlendirme gerekir?

Yüksek ateş, irinli akıntı, elde kalıcı uyuşma/soğukluk, yeni travma sonrası ani güç kaybı veya kontrol edilemeyen ağrı.

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.