



Rééducation après prothèse totale d'épaule

Indications:

1° Pathologie dégénérative (omarthrose)

Prothèse totale ou partielle anatomique

Prothèse inversée si rupture de coiffe

Immobilisation coude au corps 6 semaines

0 à 6 semaines :

Mobilisation pendulaire

Mobilisation passive dans le plan de la glène jusqu'à 90°

Mobilisation auto passive en position allongée en élévation dans le plan de la glène

Pas de mobilisation en rotation externe

Rotation externe limitée à 0° pendant 4 semaines, si ténotomie du sous scapulaire ou ostéotomie du trochin.

Stimulation électrique du supra et infra épineux.

Après 3 semaines :

Mobilisation de la gleno humérale dans tous les plans

Mobilisation de la scapulo thoracique dans tous les plans

Après 6 semaines :

Travail actif de tous les muscles.

Travail des fixateurs de la scapula, du grand dentelé.

Levée de tension du petit pectoral.

Travail actif du supra et infra épineux en isométrique.

Après 8 semaines :

Travail contre résistance des rotateurs et abducteurs de l'épaule.

Travail des rotateurs latéraux en position R1 et R2

NB : Si prothèse inversée :

Mobilisation active en élévation antérieure de la gleno humérale dans le plan de la glène.

Stimulation électrique du deltoïde.

2°: Traumatologie, dans les fracas de la tête humérale chez les personnes âgées

Prothèse humérale simple

Réinsertion des tubérosités

Immobilisation coude au corps ou coussin d'abduction (30°) pendant 6 semaines.

La rééducation débutera au cas par cas suivant les consignes du chirurgien

Après 3 semaines :

Travail des rotateurs

Travail actif quand la mobilité passive est récupérée