



## 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