



RÉÉDUCATION

ORTHÈSE

Phase 1 : cicatrisation	Phase 2: fragilité	Phase 3 : solidité
<p>Principes : période de cicatrisation, immobilisation strict dans une orthèse thermoformée.</p> <p>Techniques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - déclive si œdème - surveillance de l'orthèse (points d'appui, stabilité) - mobilisation active des articulations libres (poignet, IP ++) - stimulation sensitive pulpe du pouce <p>Risques : mauvais respect du protocole d'immobilisation, raideur de l'IP</p>	<p>Principes : période de pré-consolidation, début des séances de rééducation, ablation progressive de l'orthèse à partir de J45, éviter la mise en tension du plan ligamentaire ulnaire (pas de contrainte en opposition).</p> <p>Techniques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - assouplissement cutané et cicatriciel - mobilisation IP ++, MP en f°/E° strict - renforcement statique manuel, électrostimulation, ADD, Lg ext. I, 1^{er} IOD, pince latérale - éducation fonctionnelle. <p>Risques : instabilité et douleur si reprise trop précoce des prises en opposition, raideur de l'IP</p>	<p>Principes : récupération des ampl. Terminales, force de préhension, contrôle rotatoire de la colonne du pouce, réhabilitation fonctionnelle (sportive et professionnelle)</p> <p>Techniques :</p> <ul style="list-style-type: none"> - prises en opposition, sollicitations multidirectionnelles - renforcement instrumental - manipulations fines et de force <p>Risques : raideur du pouce</p>
Gantelet de pouce circulaire, port continu.		Orthèse de protection type « Alpine » dans les activités de force

J0 à J30

J30 à J60

Plus de J60