



# Protocole de rééducation d'une rhizarthrose opérée hors prothèses



RÉÉDUCATION

ORTHÈSE

	Phase 1 : J0-J21	Phase 2 : J21-J45	Phase 3 : J45-J90
Principes : <b>période d'immobilisation</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- entretient des articulations libres</li> <li>- lutte contre l'œdème</li> <li>- surveillance appareillage</li> </ul>	Principes : <b>période de fragilité</b>	Principes : <b>phase de consolidation</b>
Techniques :	<ul style="list-style-type: none"> <li>- exercices à domicile</li> <li>- déclive, drainage lympho-veineux</li> <li>- surveillance et adaptation de l'orthèse (point d'appui, variation de volume)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- stabilité ++</li> <li>- retour à une mobilité progressive et contrôlée</li> <li>- lutte contre les troubles trophique</li> <li>- lutte contre la douleur</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- visée fonctionnelle (contrôle des prises fines, stabilité de la pince, contrôle rotatoire de la colonne du pouce, prise de force, ouverture de la 1<sup>ère</sup> commissure)</li> </ul>
		Techniques :	Techniques :
		<ul style="list-style-type: none"> <li>- protocole de restabilisation (opposant-1<sup>er</sup> IOD++)</li> <li>- électrostimulation thénariens internes et externes</li> <li>- mobilité active progressive sans douleur</li> <li>- assouplissement + désensibilisation de la cicatrice</li> <li>- fluidothérapie, TENS</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- intensification de la phase 2 (résistances manuelles et contrôle rotatoire)</li> <li>- pinces pollicidigitales, exercices de coordination interdigitale, manipulation d'objet, préhensions de force et de finesse</li> <li>- conseils, ergonomie du geste</li> </ul>
		Risques : AND	
Immobilisation stricte poignet – pouce (IP libre)		Orthèse courte si besoin	Orthèse souple de fonction

J0 à J21

J21 à J45

Plus de J45