

Protocole de rééducation d'une rhizarthrose opérée hors prothèses

RÉÉDUCATION

ORTHÈSE

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