

**ACROMIOPLASTY / DISTAL CLAVICLE EXCISION 肩峰減壓成形術/ 遠端鎖骨切除術
REHABILITATION PROTOCOL 康復常規**

病患姓名:

手術日期:

0 - 4 週

- 為了感受舒適，可以使用支架固定 - 手術後 2 至 5 天後，可以停止使用
- 鐘擺運動 + 肘/手腕/手訓練
- 進度階段 I - 主動輔助活動幅度
- 在可容忍範圍內，進展至主動性活動幅度

4 - 8 週

- 進度階段 II - 主動性活動幅度
- 定期伸展運動
- 第六週時可能開始透過練力帶伸展，進行肌力增強訓練
*如果執行了遠端鎖骨切除術 - 在 6 至 8 週期之前，請限制肩關節水平外展和越身內收動作

8 - 12 週

- 持續肌力增強訓練 - 阻力/重訓
- 肩胛骨穩定
- 在可容忍範圍內，進行工作或特定鍛鍊

12 - 16 週

- 可以恢復勞動工作或運動

特殊指示/修改康復規約:

請根據實際規約參考此康復常規
謝謝!