

**MULTI-DIRECTIONAL INSTABILITY- CAPSULAR PLICATION 肩关节多向不稳定- 关节折叠术  
REHABILITATION PROTOCOL 康复常规**

病患姓名:

手术日期:

0 - 6 周

- 肘/手腕/手练习
- 第 4 周开始进行钟摆运动
- 当没有进行钟摆运动时，请使用支架

6 - 8 周

- 阶段 I - 主动辅助活动幅度
- 开始减少使用支架

8 - 12 周

- 阶段 II - 主动性活动幅度

12 - 16 周

- 阶段 III - 肌力增强训练(练力带运动)
- 第 16 周可以进行重训
- 第 16 周增加末期伸展

9 - 12 个月

- 可以恢复接触性运动

活动幅度限制:

IR (内部旋转):                      for                      weeks

ER (外部旋转):                      for                      weeks

特殊指示/修改康复规约:

请根据实际规约参考此康复常规  
谢谢!