

**MULTI-DIRECTIONAL INSTABILITY- CAPSULAR PLICATION 肩關節多向不穩定- 關節摺疊術
REHABILITATION PROTOCOL 康復常規**

病患姓名:

手術日期:

0 - 6 週

- 肘/手腕/手練習
- 第 4 週開始進行鐘擺運動
- 當沒有進行鐘擺運動時，請使用支架

6 - 8 週

- 階段 I - 主動輔助活動幅度
- 開始減少使用支架

8 - 12 週

- 階段 II - 主動性活動幅度

12 - 16 週

- 階段 III - 肌力增強訓練(練力帶運動)
- 第 16 週可以進行重訓
- 第 16 週增加末期伸展

9 - 12 個月

- 可以恢復接觸性運動

活動幅度限制:

IR (內部旋轉): for weeks

ER (外部旋轉): for weeks

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!