

## **REVERSE SHOULDER ARTHROPLASTY 逆式肩關節置換手術 REHABILITATION PROTOCOL 康復常規**

病患姓名:

手術日期:

### **0 - 4 週**

- 只能肘/手腕/手訓練
- 除了腋部護理，其餘時間都需要使用支架  
(鐘擺姿勢)
  - \* 12 週內不能伸展
  - \* 12 週內不能內部旋轉向外展(背後)

### **4 - 8 週**

- 鐘擺運動
- 階段 I - 主動輔助活動幅度
- 第 4 - 6 週開始減少使用支架
  - \* 12 週內不能伸展
  - \* 12 週內不能內部旋轉向外展(背後)

### **8 - 12 週**

- 階段 II - 主動性活動幅度
- 也許在第 10 週可以開始輕微伸展(練力帶)
  - \* 12 週內不能伸展
  - \* 12 週內不能內部旋轉向外展(背後)

### **12 週**

- 階段 III - 肌力增強訓練

### **4 - 6 個月**

- 逐漸恢復正常活動跟娛樂

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!