

**ROTATOR CUFF REPAIR – SMALL/MEDIUM TEAR 肩旋转袖修复 – 轻微/ 中度裂伤  
REHABILITATION PROTOCOL 康复常规**

病患姓名:

手术日期:

0 - 4 周

- 只能进行钟摆运动
- 当没有进行钟摆运动时，请使用支架

4 - 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  
(开始仰卧姿势，然后进展到 30°/60°/当病人可以达成上一阶段的活动幅度，进行完整垂直的主动辅助活动幅度)

12 周

- 阶段 III – 肌力增强训练

4- 6 个月

- 无限制的活动(6 个月内避免举重物/重复提举手臂过头工作)

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!