

**ROTATOR CUFF REPAIR – SMALL/MEDIUM TEAR 肩旋轉袖修復 – 輕微/ 中度裂傷  
REHABILITATION PROTOCOL 康復常規**

病患姓名:

手術日期:

0 - 4 週

- 只能進行鐘擺運動
- 當沒有進行鐘擺運動時，請使用支架

4 - 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  
(開始仰臥姿勢，然後進展到 30°/60°/當病人可以達成上一階段的活動幅度，進行完整垂直的主動輔助活動幅度)

12 週

- 階段 III - 肌力增強訓練

4- 6 個月

- 無限制的活動(6 個月內避免舉重物/重複提舉手臂過頭工作)

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!