
Axelprotes, planerad operation - behandlingsriktlinje fysioterapi

MEDICINSK INDIKATION

Bakgrund

Patienter opereras planerat med axelprotes på grund av komplicerad proximal humerusfraktur, artros/artrit eller vid dålig funktion i axeln p.g.a. rotatorcuffruptur.

På ortopedkliniken Västmanland utförs årligen cirka 60 axelprotesoperationer. Både anatomiska och omvända proteser.

Metod

Artikelsökning i Pubmed under hösten 2009 till mars 2010. Sökord som använts är: total shoulder replacement, shoulder arthroplasty, physical therapy/physiotherapy, postoperative rehabilitation och fracture.

Studierna är få. I övrigt så har vi fått stödja oss på Axelinas postoperativa rehabiliteringsplan och egen klinisk erfarenhet.

Resultat

Syftet med operationen är att minska smärtan och i bästa fall även få en ökad axelrörlighet. (1,2,3,4).

Det har en positiv betydelse att träffa patienten preoperativt för att kunna förbereda patienten inför den postoperativa träningen (2,4).

Träningen stegras successivt med hänsyn till vävnadsläkningen och skuldergördels rörelsemönster, dvs förmågan att aktivera/använda rotatorcuffmuskulaturen optimalt (1,2,4). Samt att aktivera m. deltoideus vid omvänd protes.

Initialt består träningen av korta pass flera gånger per dag med fokus på rörlighet(2).

Fysioterapeutkontakten och egen hemträning bör vara utsträckt i tid på grund av koordinationsinlärning av nya rörelsemönster (2,4).

TILLVÄGAGÅNGSSÄTT

Syftet är att skapa gemensamma riktlinjer vid rehabilitering av patienter som genomgår en axelprotesoperation i Landstinget Västmanland, för fysioterapeuter vid Ortopedkliniken rehabenhet, Västmanlands sjukhus Västerås och vid Rehabenheten, Västmanlands sjukhus Köping. Patienter boende i Fagersta eller Salas upptagningsområde följs initialt upp i Västerås eller Köping.

När träningen fungerar bra kan patienten fortsätta träningen på hemortens fysioterapi.

Ettårsuppföljning sker hos fysioterapeut i Västerås och Köping.

Axelprotes, planerad operation - behandlingsriktlinje fysioterapi

Preoperativt

Fysioterapeut träffar patienten för mätning av rörlighet och muskelstyrka och subjektiv skattning enligt [Constant score](#), [WOOS](#) och [EQ-5D](#). Resultaten av dessa utvärderingsinstrument sparas på respektive enhet samt att en kopia på WOOS och EQ-5D skickas till Svenska Axelregistret.

Patienten får information om den postoperativa rehabiliteringen samt rörelseinstruktioner enligt Axelprotes 1 i Mobilus.

Postoperativt

Patienten är försedd med collar'n cuff från operation. Patienten ska ha collar'n cuff tills blockaden släppt.

Fysioterapeut träffar patienten postoperativt dag 1 på avdelningen. Fysioterapeut går igenom träning enligt övningar som patienten fått preoperativt.

Uppföljning polikliniskt sker sedan 1 vecka postoperativt i Västerås eller Köping. Patienten har fått den här tiden på den preoperativa informationen om det är en Västeråspatient, om det är en Köpingspatient skriver fysioterapeut remiss för uppföljning vid det preoperativa besöket. Då går fysioterapeut igenom Axelprogram 1 i Mobilis.

Nästa uppföljning är 3 veckor postoperativt i samband med suturtagning.

Restriktioner

Collar and cuff i cirka 2 veckor postoperativt. Vid elektiv operation får patienten använda armen vid lättare ADL redan dagen efter operation, smärtan styr.

Utåtrotationen tränas till max 30 grader de första 6 veckorna om inget annat anges i operationsberättelsen. Aktivt avlastad träning de första 6 veckorna därefter aktiv träning.

Cirka 3-4 veckor postoperativt kan Axelprogram 1 byggas på med fler aktivt avlastade rörelseövningar. Smärtfri isometrisk träning.

Cirka 6 veckor postoperativt. Aktiv träning, utåtrotation över 30 grader. Undvik träning med felaktigt rörelsemönster. Använd spegel som hjälpmedel.

Cirka 10-12 veckor postoperativt. Lätt styrketräning med gummiband vid behov och utifrån patientens aktivitetsnivå.

Utvärdering

Ett år postoperativt. Utvärdering med Constant score. Om preoperativ underlag har registrerats i Axelregistret administrerar de scorerna WOOS och EQ-5D via brev till patienten. Vid patientens ettårsuppföljning hos fysioterapeut sker statusstagnation enligt Constant score och med möjlighet för patienten att ställa frågor.

Axelprotes, planerad operation - behandlingsriktlinje fysioterapi

REFERENSER

1. Boardman ND et al. Rehabilitation after total shoulder arthroplasty. Journal of Arthroplasty 2001, vol 16, No 4. 483-486.
2. Brown Debora, Friedman R. Postoperative rehabilitation following total shoulder arthroplasty. Orthopedic clinics of north America 1998, volume 24 nr 3 July.
3. AM Mengshoel. B Slungaard. Effects of shoulder arthroplasty and exercise in patients with rheumatoid arthritis. Clinical Rheumatol 2(005) 24: 255-265.
4. Wilcox. Arslanian. Millett. Rehabilitation following total shoulder arthroplasty. Journal of orthopaedic and sports Physical therapy volume 35, nr12, december 2005.