

PROTOCOLLO FKT POST-INTERVENTO LISI ALARI ESTERNI

1° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none">• Riposo, ghiaccio locale 5 volte/die per 20 minuti• Deambulazione con 2 bastoni canadesi con appoggio sfiorante• Mobilizzazione passiva in flesso-estensione (10 minuti di flessione/ora)• FKT: 1- esercizi isometrici per il rinforzo del muscolo quadricipite
2° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none">• Ghiaccio locale 5 volte/die per 15 minuti• Deambulazione con 2 bastoni canadesi con appoggio parziale (50% peso pz.)• FKT: 1- mobilizzazione attiva e passiva assistita per il recupero del tono Q 2- esercizi isometrici per il rinforzo del muscolo quadricipite (VMO) 3- elettrostimolazione del quadricipite
3° SETTIMANA	<ul style="list-style-type: none">• Ghiaccio locale 3 volte/die per 15 minuti• Deambulazione libera con carico completo• FKT : 1- mobilizzazione attiva e passiva assistita per il recupero del tono Q 2- elettrostimolazione del quadricipite