

7



# ARTICULATIONS

DISPONIBLES EN ORTHOPÉDIE



**Genou**



**Épaule**



**Hanche**



**Pied**



**Cheville**



**Main**



**Poignet**



← Sélectionner un Protocole



Ligament croisé antérieur



Méniscectomie



Prothèse totale de genou



Prothèse unicompartmentale



MPFL (instabilité de rotule)



Ostéotomie avec appui



Ostéotomie sans appui



Suture méniscale



PRP gonarthrose



**GENOU**



← Sélectionner un Protocole



Instabilité de l'épaule opérée



Coiffe des rotateurs opérée



Prothèse d'épaule



**ÉPAULE**



← Sélectionner un Protocole



Prothèse totale de hanche voie postérieure >



Prothèse totale de hanche voie antérieure >



Conflit de hanche >

**HANCHE**



← Sélectionner un Protocole



Hallux valgus



Phase 3 : J21 à J27

Objectif : Début du travail spécifique du pied

☰ Exercices



Flexion plantaire et dorsale contre appui

02:00



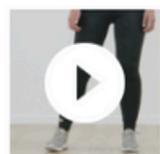
Posture d'assouplissement de la cheville

03:00



Travail de double tâche

03:00



Deroulé du pas sur le côté

02:00

**PIED**



← Sélectionner un Protocole



Rupture du tendon d'Achille avec appui >



reconstruction ligamentaire CAI avec appui >



Rupture du tendon d'Achille sans appui >



réparation ligamentaire CAI sans appui >



réparation ligamentaire CAI avec appui >



reconstruction ligamentaire CAI sans appui 3 semaines >



reconstruction ligamentaire CAI sans appui 6 semaines >





Fracture radius distal  
osteosynthésée



Opération des Tendons  
Fléchisseurs



### Phase 2 : J16 - J45

Auto-rééducation passive en secteur protégé et active sans douleur. Exercices de mobilité du pouce. Auto-massage et travail de la cicatrice. Prévention, ce qu'il faut faire et ce qu'il faut éviter. Information au patient sur cette pathologie.

#### Exercices

	Automobilisation passive des doigts	02:00
	Automobilisation passive du (des) doigt(s) opéré(s)	02:00
	Mobilisation active des doigts	02:00
	Mobilisation active des doigts avec maintien	02:00
	Automassage drainant des doigts	02:00
	Fin de séance	00:25

### Phase 3: J15 à J20

Récupération des amplitudes du poignet niveau 2 et travail de la cicatrice

#### Exercices

	Mobilisation du poignet sur une balle	02:00
	Petit pont du poignet	01:00
	La prière	03:00
	Inclinaisons du poignet à deux mains	01:00
	Marionnettes	01:00
	Massage drainant de la cicatrice	02:00
	Massage circulaire de la cicatrice	02:00

## PROTOCOLES À VENIR EN JUILLET !

- Canal carpien,
- Doigts à ressaut,
- Prothèse Trapézo-Métacarpienne.

# MAIN & POIGNET



---

**VOUS SOUHAITEZ TESTER NOTRE APPLICATION ?  
CONTACTEZ-NOUS !**

**[contact@doctup.fr](mailto:contact@doctup.fr)**

