

<b>CMPR LAENNEC</b>	<b>PRESCRIPTION MPR PROTOCOLISEE PROTHESE DE GENOU (SANS FLESSUM)</b>	Référence : SOI/FT/50 Version : V2 Date d'application : 07/09/15
-------------------------	---	--

<b>Rédaction du document</b> Date : 03/09/15 Nom : Dr Y. MACE Fonction : Médecin MPR	<b>Vérification du document</b> Date : 04/09/15 Nom : Dr Y. MACE Fonction : Médecin MPR	<b>Validation du document</b> Date : 07/09/15 Nom : E. ADNANE Fonction : Directeur
---	--	---

<b>Diffusion</b> : Axila
--------------------------

CHANGEMENT DE VERSION		
Version	Date	Motifs
V1	06/09/10	Création
V2	07/09/15	Actualisation

## I. OBJECTIFS :

- Obtenir l'indolence.
- Obtenir une flexion de l'ordre de 100°-110 °.
- Eviter l'apparition d'un flessum.
- Obtenir une force de quadriceps et des ischio-jambiers cotée à 4/5.
- Obtenir un verrouillage efficace du genou opéré.
- Pouvoir marcher 200 mètres avec une canne.
- Pouvoir monter et descendre les escaliers.
- Education thérapeutique : actes d'autosoins comprenant la rééducation vasculaire (exercices de pompe surale et position déclive du membre), l'emploi de la cryothérapie et la réalisation d'auto postures de genou. Règles d'hygiène prothétique.
- Autonomie pour le retour à domicile.

## II. PRESCRIPTIONS :

### 1. **Kinésithérapie** : 2 séances quotidiennes d'une heure et une heure trente.

- Récupération articulaire : comprenant des techniques de gain d'amplitudes du genou par mobilisation passive, manuelle et sur arthromoteur, et par mobilisation active aidée. Mobilisation de la patella. Apprentissage d'auto posture du genou en extension ou en flexion selon le type de raideur. Physiothérapie. Massages.
- Récupération musculaire : renforcement du quadriceps et des ischio-jambiers par travail isométrique puis isotonique sans charge.
- Récupération fonctionnelle : exercices de marche multidirectionnelle, avec et sans obstacle. Exercices proprioceptifs, exercices de déplacement avec deux cannes, puis une canne. Montée et descente des escaliers. Réadaptation à l'effort par des exercices aérobies fractionnés.

### 2. **Balnéothérapie** : une heure par jour, si pas de contre indication médicale et une fois cicatrisation. Mobilisations et postures douces du genou. Travail musculaire du membre inférieur. Exercices proprioceptifs. Exercices de marche. Massage-jet.