

**Protocole  
de kinésithérapie**

# Chirurgie de la coiffe - Grande rupture

Etiquette du patient



## Semaine 1-3

Coussin d'abduction : à porter en permanence (sauf pendant la douche et la toilette).

Dormir semi-couché avec le bras bien soutenu peut aider les premières nuits après l'opération.

Auto rééducation sur coussin d'abduction (le patient libère le coude et poignet et fait quelques mouvements main -bouche, antépulsions, extension, flexion coude) : à apprendre par le physiothérapeute (à la clinique).

Contrôle de la position de l'épaule / posture correcte (conscience du corps - position de l'omoplate).

## Semaine 3-6

Coussin d'abduction à porter strictement en sortant et pendant la nuit.

Ablation progressive dans la maison (à table, devant la télé...).

Exercices de mobilisation strictement passifs :

- \_ Zone de sécurité : antépulsion à moins de 90° / abduction à 60
- \_ Dans le plan frontal (pas de rotation interne – éviter stretch ou coiffe postéro-supérieur)
- \_ Éviter le resserrement excentrique des muscles de la coiffe

**Respecter le seuil de la douleur**

## Semaine 6-9

Exercices actifs assistés avec la surveillance du kiné :

- \_ Même limites d'excursions
- \_ Eviter contractions excentriques / analgésiques
- \_ Poursuite de la mobilisation passive jusqu'au ROM complet
- \_ Exercices actifs de la ceinture scapulaire – deltoïde- coiffe (isométriques, élastique, ...)

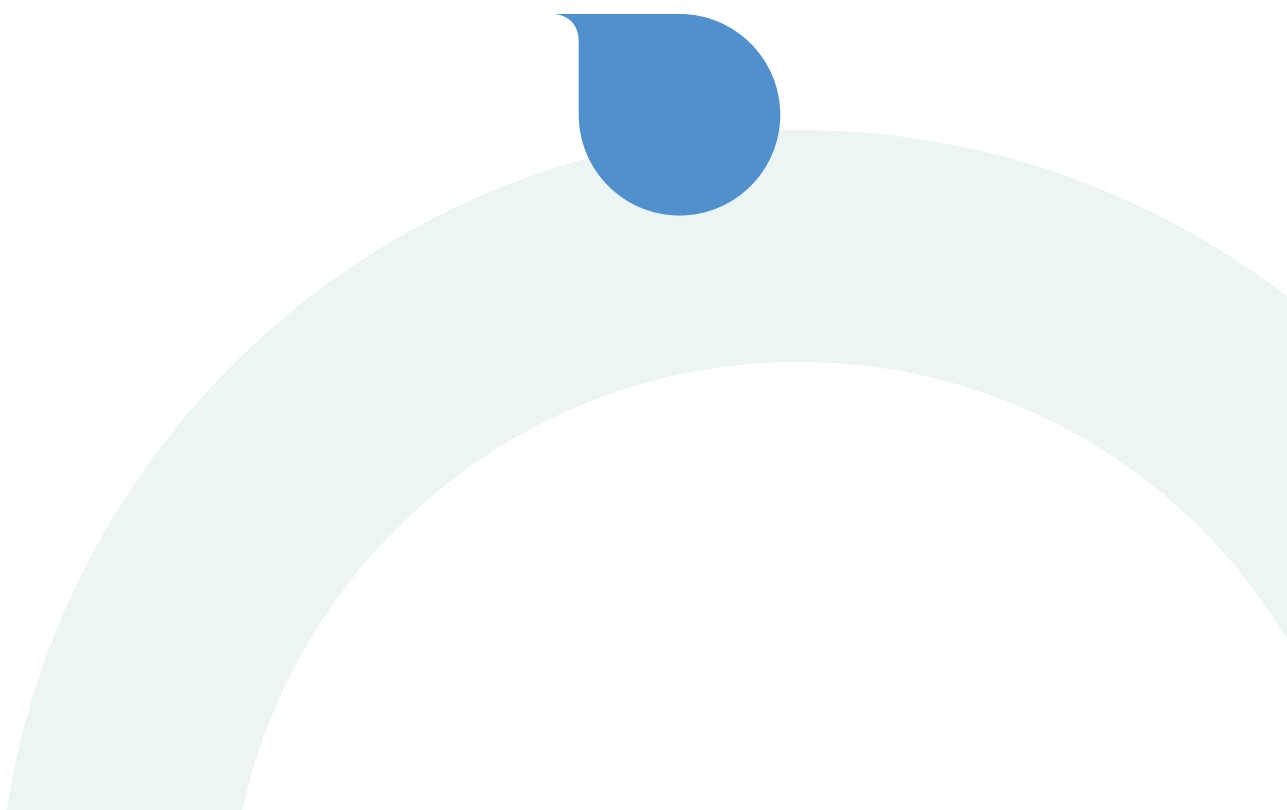
**Pas de tonifications ou exercices de force !!**

Instructions pour les petites tâches domestiques.

## Semaine 9 et après

Mobilisations passives jusqu'au ROM complet.

Démarrer des tonifications excentriques spécifiques des muscles de coiffe.



# Notes et questions



.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

## Réinsertion sus-épineux épaule .....

**Inami :** 276076 N380

60 séances ; 3/semaine

\_ D<sup>r</sup> Partoune

\_ D<sup>r</sup> Amon

\_ D<sup>r</sup> Van den Bogaert