



全人工股関節置換術(THA) 術後リハビリテーション

手術前日

手術前の状態を理学療法士が関節可動域、筋力、痛みなどの測定を行います。
術後はしばらくの間、車椅子生活となるため、車椅子・杖の使い方を練習します。

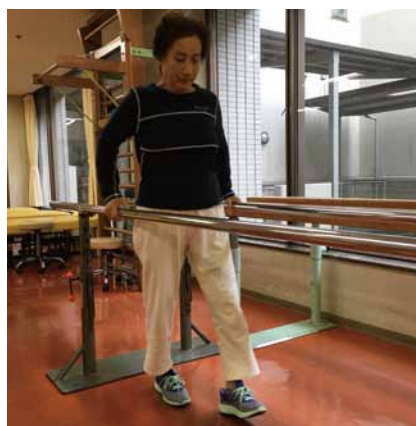
手術翌日～

関節可動域増大と筋力向上のため、関節可動域訓練・筋力増強訓練を行います。また、深部静脈血栓症予防のため、自動・他動運動を積極的に行っていきます。身体の状態に合わせて車椅子乗車を行います。脱臼に注意しながら起居動作指導を行います。



術後3日目～

平行棒にて立位・歩行訓練を行います。



術後1週目～

歩行車にて歩行訓練を行います。





術後2～3週目～

杖にて歩行訓練を行います。また、階段昇降を行います。



術後4週目～

退院予定。退院時は自宅生活での注意点(階段昇降、入浴方法、床上動作等)や、ご自宅での運動、住宅環境のアドバース(手すり、段差解消等)を行います。

退院後の外来リハビリ

退院後も継続して関節可動域訓練・筋力増強訓練などのリハビリが必要となります。歩行スピード、安定性、持久力の向上、余暇活動の拡大などを目標とします。



<手術後に注意すること>

動きによっては、人工関節に大きな負担をかけることがあります。以下のような動きは脱臼や人工関節の摩耗などの原因となりますので、気を付けましょう。無理をしないことが人工関節を長くもたせる上で大切です。手術の内容により動作の制限は異なります。

(例)

- 脱臼しやすい姿勢。(図1)
- 低い椅子に深く腰掛けない。(図2)
- 足を組まない、ねじらない。(図3)
- しゃがみこむ動作はしない。
- 体重を過度に増やさないようにする。
- 重いものを持ったり、重労働をしない。
- 走る、ジャンプなどをしない。



図1



図2



図3

術前、術後の理学療法、作業療法又はリハビリテーションは私たちにお任せください。

