

PROTOCOLLO DI RIABILITAZIONE PER INTERVENTO DI CAPSULO-PLASTICA ESTERNA DI CAVIGLIA

0-20 gg

deambulazione in scarico con 2 bastoni e tutore bloccato
esercizi di elevazione dell'arto inferiore
trattamento con antitromboembolici

20-30 gg

inizio deambulazione in carico progressivo con 2 bastoni che abbandona dopo 3-4 gg
rimozione tutore
inizio mobilizzazione attiva della caviglia
ginnastica isometrica arto inferiore

30-90 gg

inizio mobilizzazione passiva
ginnastica propriocettiva con tavolette
potenziamento della muscolatura

dopo 90 gg

inizio attività sportiva