**PROTOCOLE DE REEDUCATION APRES OSTEOSYNTHESE DE LA ROTULE.**

Fracture de la rotule réduite par cerclage

Le traitement kinésithérapique se fait en trois phases :

1ère phase : période post-opératoire.

2ème phase : période de rééducation fonctionnelle.

3ème phase : période de réadaptation.

I- période post-opératoire :

-         prévention des attitudes vicieuses, plus exercices respiratoires.

-         La mise en déclive pour activer la circulation.

-         Exercices actifs des pieds et hanches.

|  |
| --- |
| * -         Mobilisation précoce de la rotule au plutard 48 heures après l’opération.
 |

-         Massage circulatoire et assouplissant du quadriceps.

-         Marche avec canne unipodale vers le 15ème  jours, avec extension du genou.

II- période de rééducation fonctionnelle :

-         Idem en ajoutant  des contractions statiques du quadriceps et ischio-jambiers puis renforcement de ces muscles en dynamique.

-         Massage cicatriciel.

-         Mobilisation articulaire en extension et en flexion.

-         Marche avec léger appui avec extension de genou.

III- période de réadaptation :

-         travail de musculation de quadriceps.

-         Correction de la marche (devant une glace), marche sur terrain vague.

-         Travail de la stabilité par des exercices proprioceptifs.

-         Montée et descente des escaliers.

 En général, la fracture de la rotule doit respecter ces principes :

-  Marche en extension de genou des les premiers jours post op

-  Pendant trois six semaines pas de  flexion.

-  flexion vers la sixième semaine.