

CMITM

Programma di
riabilitazione

Riepilogo per i
pazienti, i chirurghi e
i fisioterapisti



 **MenaflexTM**
COLLAGEN MENISCUS IMPLANT

CMI ora si chiama Menaflex



Il CMITM ReGen[®] è un impianto di collagene di tipo I ideato per favorire la formazione di tessuto nuovo in sostituzione del tessuto meniscale asportato o mancante nel ginocchio umano.



RIGENERAZIONE DEI TESSUTI | RIPRISTINO DELLA MOBILITÀ | STILE DI VITA PIÙ ATTIVO

Riabilitazione dopo l'impianto del CMI™

Programma di esercizio fisico

Introduzione

Dopo la chirurgia artroscopica a carico del menisco, i pazienti desiderano tornare alle loro attività quotidiane il più presto possibile. Pertanto, il rispetto di un programma di riabilitazione dopo l'impianto del CMI, o in seguito a qualsiasi tipo di chirurgia artroscopica, è importante quanto la riuscita dell'intervento stesso.

I pazienti sottoposti a impianto del CMI spesso si sentono in grado di riprendere le attività abituali prima del previsto. È essenziale ricordare a tali pazienti che, benché il ginocchio operato possa essere privo di disturbi, il processo di guarigione effettiva è solo al suo inizio.

Il programma di esercizi di riabilitazione dopo l'impianto del CMI copre un periodo di sei mesi ed è stato creato da operatori esperti del CMI e da fisioterapisti al fine di fornire linee guida per il buon esito della riabilitazione.

Il programma offre una combinazione equilibrata di esercizi mirati al rafforzamento e alla motilità, proteggendo al tempo stesso i tessuti di nuova formazione durante il delicato processo di rigenerazione. Per garantire i migliori risultati durante la riformazione del tessuto meniscale, è quindi importante attenersi rigorosamente alle linee guida per la riabilitazione delineate in questo opuscolo.

Dal primo giorno alla quarta settimana

Mobilizzazione

Solo esercizi sulla macchina di mobilizzazione passiva continua (CPM) o esercizi di mobilità usando la gamba sana per sostenere quella operata.

- Ampiezza del movimento: da 0 a 60 gradi (impostando la macchina CPM su 0-0-60 gradi).

Esercizi in posizione seduta

La gamba sana fornisce sostegno e fa da leva (v. fig. A).

Usando la gamba sana, sollevare la gamba flessa fino alla massima estensione dell'articolazione del ginocchio operato, quindi abbassare lentamente la gamba (v. fig. B).

Non deve esserci alcuna contrazione attiva dei muscoli della gamba operata.

- Ampiezza del movimento: da 0 gradi (massima estensione) a 60 gradi (flessione).
- Ripetere l'esercizio 500 volte, 3 volte al giorno.
- Durata: appross. 10-15 minuti per sessione.

Tutore

Deve essere indossato continuamente, ad eccezione dei momenti in cui si effettuano gli esercizi di mobilizzazione passiva o se specificato diversamente.

- Regolazione del tutore: massima estensione, 0 gradi.

Carico del peso

Per la deambulazione è necessario usare sempre le stampelle.

Prima settimana

Non caricare alcun peso sulla gamba interessata mentre si deambula con le stampelle.

Mentre si sta fermi in piedi, la gamba interessata può essere appoggiata sul pavimento (corrispondente a un carico di peso parziale di 10-15 kg).

Seconda settimana

Durante la deambulazione con le stampelle si può porre sulla gamba interessata un carico di peso parziale pari al 30% del peso corporeo.

Dalla terza alla quarta settimana

Aumento graduale del carico parziale di peso sulla gamba interessata durante la deambulazione con le stampelle, dal 30% al 50% del peso corporeo.

Mobilizzazione della patella

Effettuare la mobilizzazione della patella tre volte al giorno sotto supervisione del fisioterapista o seguendo le sue istruzioni.

Rafforzamento

Esercizi in posizione sdraiata

Effettuare gli esercizi con la gamba tesa. Iniziare gli esercizi non appena il tono muscolare lo permette.

Tendere la gamba interessata e sollevarla ripetutamente (v. fig. C e D).

- Ripetere l'esercizio 30 volte, 2 volte al giorno.
- Durata: appross. 5 minuti per sessione.



Flessione a 60°



Massima estensione



Gamba completamente tesa



Gamba sollevata



Flessione a 90°



Massima estensione

Dalla quinta alla sesta settimana

Mobilizzazione

Esercizi di mobilizzazione passiva sulla macchina CPM o usando la gamba sana per sostenere quella operata.

- Ampiezza del movimento: da 0 a 90 gradi (impostando la macchina CPM su 0-0-90 gradi).

Esercizi in posizione seduta

La gamba sana fornisce sostegno e fa da leva (v. fig. E).

Usando la gamba sana, sollevare la gamba flessa fino alla massima estensione dell'articolazione del ginocchio operato, quindi abbassare lentamente la gamba (v. fig. F).

Non deve esserci alcuna contrazione attiva dei muscoli della gamba operata.

- Ampiezza del movimento: da 0 gradi (massima estensione) a 90 gradi (flessione).
- Ripetere l'esercizio 500 volte, 3 volte al giorno.
- Durata: appross. 10-15 minuti per sessione.

Tutore

Deve essere indossato continuamente, ad eccezione dei momenti in cui si effettuano gli esercizi di mobilizzazione passiva o se specificato diversamente.

- Regolazione del tutore: massima estensione, 0 gradi.

Carico del peso

Aumento graduale del carico parziale di peso sulla gamba interessata durante la deambulazione con le stampelle, dal 50% al 90% del peso corporeo.

Mobilizzazione della patella

Effettuare la mobilizzazione della patella tre volte al giorno sotto supervisione del fisioterapista o seguendo le sue istruzioni.

Rafforzamento

Esercizi in posizione sdraiata

Effettuare gli esercizi con la gamba tesa. Tendere la gamba interessata e sollevarla ripetutamente (v. fig. C e D).

- Ripetere l'esercizio 30 volte, 2 volte al giorno.
- Durata: appross. 5 minuti per sessione.

Dalla settima all'ottava settimana

Mobilizzazione

Iniziare gli esercizi di mobilizzazione attiva e aumentare gradualmente l'ampiezza del movimento fino alla massima mobilità, secondo quanto tollerato.

Esercizi in posizione seduta

Sollevare attivamente la gamba flessa fino alla massima estensione dell'articolazione del ginocchio operato, quindi abbassare lentamente la gamba. Esercitare indipendentemente la gamba interessata, senza il sostegno della gamba sana (v. fig. H).

- Ampiezza del movimento: da 0 gradi (massima estensione) alla massima flessione, secondo quanto tollerato (v. fig. G e H).
- Ripetere l'esercizio 500 volte, 3 volte al giorno.

Tutore

Deve essere indossato continuamente, ad eccezione dei momenti in cui si effettuano gli esercizi di mobilizzazione o se specificato diversamente.

- Regolazione del tutore: da 0 a 90 gradi.

Carico del peso

Aumentare il carico di peso sulla gamba interessata durante la deambulazione con le stampelle, fino a caricare l'intero peso corporeo.

Non appena il paziente è in grado di camminare senza zoppicare, si possono abbandonare le stampelle.

Mobilizzazione della patella

Effettuare la mobilizzazione della patella tre volte al giorno sotto supervisione del fisioterapista o seguendo le sue istruzioni.

Rafforzamento

Esercizi in posizione sdraiata

Sollevamento ripetuto della gamba tesa (v. fig. J e K).

- Ripetere gli esercizi 30-50 volte, 2 volte al giorno.

Esercizio di estensione dei quadricipiti con arco limitato

Flettere a 20 gradi la gamba tesa interessata e quindi ritornare lentamente alla massima estensione (v. fig. I).

- Ripetere l'esercizio 30 volte, 2 volte al giorno.
- Durata: appross. 5 minuti per sessione.

Cyclette senza resistenza

Indossare il tutore durante gli esercizi

1° giorno: pedalare per 3 minuti.

2° giorno: pedalare per 5 minuti.

Aumentare di un massimo di 5 minuti al giorno, secondo quanto tollerato, fino a un massimo di 45 minuti totali.



Oltrepassare i 90° di flessione, secondo quanto tollerato



Massima estensione



20° di flessione verso il basso



Gamba completamente tesa



Gamba sollevata

Dalla nona settimana al quarto mese

Mobilizzazione

Gamma di movimenti illimitata.

Tutore

Interrompere l'uso del tutore.

Carico di peso

Carico di peso completo e illimitato.

Rafforzamento

Cyclette con aumento di resistenza

- Durata senza tutore: massimo di 45 minuti al giorno.

Lievi piegamenti del ginocchio

- Ampiezza del movimento: da 0 a 30 gradi (v. fig. L).
- Ripetere gli esercizi 20 volte, 2 volte al giorno.

Esercizi in acqua (facoltativi)

Correre nell'acqua alta indossando un giubbotto di salvataggio.

Accertarsi che l'acqua sia alta abbastanza da non poter toccare il fondo della piscina con i piedi.

1° giorno: 5 minuti. Aumentare di un massimo di 5 minuti al giorno, secondo quanto tollerato, fino a un massimo di 45 minuti totali.



Piegamenti del ginocchio

Dal quinto al sesto mese

Rafforzamento

Esercizi con corda elastica di resistenza

Esercizi di agilità laterale con corda elastica di resistenza, ad es. Thera-Band® (v. fig. M e N).

- Ripetere gli esercizi alla stessa tensione. Dalla prima alla seconda settimana: ripetere 20 volte, 1 o 2 volte al giorno, a giorni alterni.
- Dalla terza alla quarta settimana: ripetere 30 volte, 1 o 2 volte al giorno, a giorni alterni.
- A intervalli di due settimane, aumentare fino a un massimo di 50 volte, 2 volte al giorno, a giorni alterni.



Esercizio di agilità laterale



Generalmente, il programma di riabilitazione dopo l'impianto del CMI si completa dopo il sesto mese. Tenere presente, tuttavia, che questo programma è una linea di condotta generale, che deve essere adattata per soddisfare le esigenze specifiche di ciascun paziente. In caso di quesiti o dubbi concernenti questo programma di riabilitazione, rivolgersi al proprio rappresentante ReGen®.

ULTERIORI ISTRUZIONI PER IL PAZIENTE

Il CMI™ ReGen® è un impianto di collagene di tipo I ideato per favorire la formazione di tessuto nuovo in sostituzione del tessuto meniscale asportato o mancante nel ginocchio umano.

Distribuito da
ReGen *Biologics* AG
Feldstrasse 11
CH-9050 Appenzell
Svizzera
Tel +41 (0) 79 820 6242
Fax +41 (0) 860 79 820 6242



CMI™

www.regenbio.com

ReGen *Biologics*, Inc.
509 Commerce Street, East Wing · Franklin Lakes, NJ 07417 USA · +1 201 651 3516

© 2006 ReGen è un marchio depositato e CMI è un marchio di fabbrica della ReGen *Biologics*, Inc. Tutti gli altri marchi sono di proprietà dei rispettivi titolari. Il CMI è stato approvato per la vendita in Europa. Negli Stati Uniti, il CMI è oggetto di uno studio clinico multicentrico e attualmente le leggi federali statunitensi ne limitano l'uso a procedure di sperimentazione. Per ottenere le ultime informazioni sugli outcome clinici, visitare il sito www.regenbio.com o contattare la ReGen *Biologics*.