Centre intégré universitaire de santé et de services sociaux de l'Estrie – Centre hospitalier universitaire de Sherbrooke
Québec

Protocole de physiothérapie

Diagnostic médical :
Intervention chirurgicale effectuée :
Date de l'intervention chirurgicale : ____ / ____ / 20___

Pratiques sécuritaires :

Du jour 0 à 6-8 semaines post-opératoires ou sous indication du chirurgien traitant*

TRANSFERTS

- Assis-debout : Comprimer légèrement le sternum avec les bras croisés avec ou sans coussin.
- Couché à assis : Passer en décubitus latéral, sortir les membres inférieurs du lit, puis pousser contre le lit à l'aide des deux bras près du corps afin de s'asseoir.

MOBILITÉ GLOBALE

- Soulèvement de charge : Sécuritaire en gardant les coudes près du corps (imaginez un tube autour du haut du corps) et sans reproduction de douleur. Le poids maximal permis sera donc précisé à chaque patient.
- Amplitudes articulaires aux membres supérieurs : Sécuritaire de faire des mouvements dans les amplitudes complètes sans reproduction de douleur.

TOUX OU ÉTERNUEMENT

- Comprimer légèrement le sternum avec les bras croisés avec ou sans coussin.

EXERCICES PHYSIQUES

- Renforcement : Exercices d'intensité modérée (selon échelle de Borg) du membre supérieur permis à condition d'être exécuté bilatéralement, sans douleur et avec les bras près du corps.
- Exercices cardiovasculaires : Exercices d'intensité modérée (selon échelle de Borg) recommandée. **Vérifier les conditions associées de chaque patient.*

Restrictions :

Du jour 0 à 6-8 semaines post-opératoires ou sous indication du chirurgien traitant*

TRANSFERTS

- Ne pas utiliser les appuis-bras lors des transferts.
- Ne pas prendre appui devant soi (Ex : table, marchette, personnel).
- Ne pas laisser pendre les membres supérieurs le long du corps.

MOBILITÉ GLOBALE ET EXERCICES PHYSIQUES

- Ne pas pousser ou tirer une charge avec un seul membre supérieur.
- Ne pas faire une extension des deux épaules simultanément.
- Ne pas faire d'exercices impliquant un seul membre supérieur.

Créer à partir d'une recension des écrits en 2023 par Léa Bouchard, Stéphanie Trépanier, Marie-Élisabeth Roy-Poulin, Jessica Plante et Laurie Cormier