

# ORTHOS

10/02/2020

Centre de Traumatologie-Orthopédie  
et Chirurgie du Sport

مركز جراحة العظام و المفاصل  
و الجراحة الرياضية

mk 293

20918

MR AZIZ ALLAL

FRACTURE PERTROCHANTERIEUNE G OPEREE IL Y A 40 J

FAIRE SVP: 15 SEANCES DE REEDUCATION DU MEMEBRE INF G

- Entretenir la musculation du membre inférieur.
- Améliorer la déambulation unipodale.
- Au niveau articulaire : Mobilisation passive et auto-passive dans toutes les amplitudes
- Au niveau musculaire : Entretien du grand fessier, du psoas en isométrique par résistance manuelle et en isotonique par ballon. Vélo autorisé après 1 mois sans résistance.
- Renforcement du quadriceps/ischios en chaîne fermée et ouverte : sur ballon de Klein, sur fauteuil à quadri -ischios. Travail du Petit fessier en D.D. avec une balle entre les pieds serrés et les jambes en position de " chasse neige " : travail des rotateurs internes en isométrique en position neutre.
- Etirement des ischio- jambiers/psoas/droit fémoral.
- Reprise de l'autonomie : apprentissage des transferts, de l'appui total, de la déambulation avec une seule canne
- Montée et descente des escaliers

Dr Anis ACHARGUI  
Chirurgien Orthopédiste  
105, Bd. 2 Mars, Casablanca  
Tél: 0522 81 81 16 - INP 091170910