

---

## Cosa avviene durante il ricovero e nei giorni a seguire dall'intervento chirurgico

---

✓ Il **recupero** necessita generalmente di circa **6 settimane**. Subito dopo l'intervento sarai preso in carico dai fisioterapisti del reparto seguendo **protocolli standardizzati**:

- Recupero della capacità di riprendere la posizione seduta e la verticalizzazione.
- Avviamento ai primi passi.

✓ Gli **obiettivi della riabilitazione** nell'immediato postoperatorio sono:

- Controllo del dolore.
- Prevenzione delle problematiche vascolari/circolatorie e delle complicanze da immobilizzazione (tromboflebiti, embolia polmonare, piaghe da decubito, retrazioni capsulo-legamentose).
- Ottenere un recupero adeguato della mobilità articolare, rinforzo dei muscoli ed eventualmente allungamento di muscoli accorciati per deficit articolari preoperatori e posture acquisite antalgiche.

✓ **Dopo 4 giorni dall'intervento** sarai accolto nel **reparto di riabilitazione**. Qui verrà definito un **programma riabilitativo individuale** dopo una visita specialistica fisiatrica.

In base alle criticità evidenziate dallo specialista ti verranno proposte **attività specifiche** di:

- Rinforzo muscolare globale e di arto operato.
- Recupero delle abilità.
- Recupero dell'autonomia nell'andare in bagno, nella gestione degli ausili, nella deambulazione con l'obiettivo del ripristino di una deambulazione autonoma, controllando e trattando il dolore al ginocchio.



✓ Il **dolore** durante la degenza nel reparto di riabilitazione aumenta, e la gestione dei farmaci antalgici verrà modificata quotidianamente, al fine di permettere la maggior partecipazione possibile al **Programma Riabilitativo Individuale (PRI)** impostato all'accoglimento.

✓ La **degenza nel reparto di riabilitazione** sarà direttamente correlata agli obiettivi concordati all'ingresso:

- Recupero autonomia nei passaggi di postura.
- Recupero capacità deambulatoria con ausili.
- Recupero adeguato schema del passo.
- Recupero della capacità salita/discesa scale con ausili in autonomia.
- Gestione del dolore.



✓ La **degenza media** presso il reparto di riabilitazione è di **14 giorni**.

✓ Le **medicazioni** verranno effettuate dal personale medico ed infermieristico **ogni 3 giorni** salvo complicanze che possano porre indicazione a medicazioni quotidiane.

✓ Il **Programma Riabilitativo** presso il reparto di riabilitazione è svolto da tutto il personale di reparto in base a **riunioni settimanali** durante le quali verranno modificati ausili necessari e **condivisi gli obiettivi** raggiunti e raggiungibili dai singoli pazienti.

- ✓ **Medici, Fisioterapisti, Infermieri e Operatori Sanitari** parteciperanno tutti insieme in **sinergia con il paziente** a raggiungere gli obiettivi prefissati:

*La riabilitazione non finisce con le due ore trascorse in palestra con il fisioterapista di riferimento ma tu stesso verrai controllato e incentivato da tutti i componenti dell'equipe ad un adeguato schema del passo, all'utilizzo in modo adeguato di ausili, all'utilizzo di calzature adeguate, al fine di ridurre al minimo il rischio di cadute e migliorare il recupero tempisticamente e qualitativamente.*



## Rientro a domicilio

Alla dimissione ti verrà fornita una **lettera di dimissione** con terapia per il controllo del dolore e terapia per la profilassi delle Trombosi Venosa Profonda, con indicazione alla durata del trattamento. Inoltre ti verrà fornito il **Programma Riabilitativo** da proseguire in regime ambulatoriale:

- Tale programma, salvo casi particolari, generalmente ha una **durata di un mese** con **frequenza bisettimanale**, al fine di stabilizzare e migliorare i risultati riabilitativi conseguiti e consensualmente abbandonare gli ausili secondo i protocolli operativi (che verranno specificati in sede di dimissione).
- ✚ Per i **residenti nella provincia di Verona** è stata attivata una **convenzione** con il **Centro Ambulatoriale in Via San Marco (VR)** con protocolli di lavoro definiti (10 sedute con cadenza bisettimanale). **Attivazione realizzabile direttamente in reparto previo consenso.**

Per maggiori info visita il seguente link:

<https://centrodiagnostico.sacrocuore.it/servizi/servizio-di-riabilitazione-ortopedica-e-traumatologia-dello-sport/eras-protesi-ginocchio/>

## Raccomandazioni

Si raccomanda una **vita attiva**, con **camminate** e **cyclette quotidiana** e con **esecuzione di esercizi di base** eseguiti e spiegati durante la degenza, da effettuare più volte nell'arco della giornata fino al raggiungimento dell'obiettivo di ritorno ad una deambulazione autonoma senza ausili, con **schema del passo corretto**.

In base all'attività lavorativa verrà consigliato un periodo di sospensione correlato alla mansione stessa. Se in malattia verrà rilasciato dal Medico dimettente il certificato INPS.

L'attività sportiva potrà essere ripresa con tempistiche e modalità diverse: verranno discusse con il medico dimettente quale tipo di attività sportiva è permessa, la tempistica e la corretta esecuzione del gesto atletico.

La **ripresa della guida dell'automobile** generalmente **avviene con l'abbandono dell'ausilio utilizzato per la deambulazione**, qualora avvenisse prima si consiglia di informare la propria assicurazione dell'intervento chirurgico effettuato.