



Ospedale  
Sacro Cuore - Don Calabria

---

***DIVISIONE DI ORTOPEDIA E TRAUMATOLOGIA***

**Centro di Artroscopia e Chirurgia del Ginocchio**

Primario: DR. CLAUDIO ZORZI

## **Protocollo per protesi meniscale mobile**

**I primi 7 giorni:** mantiene tutore bloccato in estensione per 7 giorni. Può saltuariamente rimuovere il tutore ed iniziare la mobilizzazione attiva e passiva del ginocchio. Esercizi isometrici di rinforzo del quadricipite. Ghiaccio locale 3 volte al dì per 15 minuti.

**Dopo 7 giorni:** rimozione progressiva del tutore, deambulazione con carico completo, rieducazione attiva presso un centro specializzato volta al recupero articolare ed al rinforzo muscolare (attiva e passiva). Ginnastica propriocettiva.

**Dopo 14 giorni:** Cyclette con sellino alto per ricerca dell'estensione completa esercizi a catena cinetica chiusa per 3-4 settimane poi catena cinetica aperta.