

Riabilitazione post-operatoria, in cosa consiste

La **riabilitazione post-operatoria** è un percorso che punta al raggiungimento del miglior risultato possibile a seguito di un intervento.

Ma **cosa si intende per riabilitazione?**

Il recupero post-operatorio per problemi ortopedici effettuato nel centro di riabilitazione è composto da una serie di esercizi ed eventualmente di terapie strumentali. Questo percorso è fondamentale che sia eseguito in base alle indicazioni dei medici e che sia tarato in base a vari fattori, fra cui la tipologia di intervento subito.

Sotto l'occhio del fisioterapista si svolgono varie attività che mettono in moto il meccanismo di **recupero funzionale**.

Nei centri di **riabilitazione post-operatoria** come Fisiocortiana si applicano una serie di procedure particolarmente moderne e all'avanguardia mirate al recupero funzionale di ogni paziente.

I tempi di recupero variano in base a fattori come la tipologia di intervento al quale si è stati sottoposti, la dedizione al recupero del paziente, la sua condizione fisica, il tipo di infortunio e l'età. I nostri terapisti, seguendo le indicazioni dei medici specialisti, sono in grado di individuare il percorso riabilitativo ideale da intraprendere per accorciare al massimo i tempi di recupero. Al tempo stesso nel percorso di **riabilitazione post-operatoria** Fisiocortiana resta al fianco del paziente, monitorando attentamente lo stato del recupero e puntando sulla riacquisizione della massima funzionalità dell'arto o della zona interessata.

Riabilitazione post-operatoria, tempi di recupero e fattori determinanti

Ogni recupero ha i suoi protocolli, ma per quanto i percorsi di riabilitazione possano essere somiglianti c'è una differenza sostanziale in base alla parte del corpo operata ed all'età del soggetto.

Infatti, sono moltissimi i fattori che determinano la durata della riabilitazione; ecco quali sono quelli principali:

- La zona trattata
- Le motivazioni del paziente
- L'età del paziente
- Lo stato di salute e la forma fisica del paziente
- L'accuratezza della riabilitazione, che evita eventuali recidive o complicanze

Ovviamente, durante il recupero post-operatorio entrano in gioco anche questioni quali l'ambiente familiare (l'essere aiutati o meno nelle azioni quotidiane), l'essere sovrappeso o normopeso e la scelta del giusto centro di riabilitazione.

Un fattore che conta molto è sicuramente il distretto corporeo trattato dopo l'insorgere del problema ortopedico (frattura, lesione legamenti, lussazione ecc...). Ad esempio, nel caso delle comuni fratture vi è anche una differenza di tempi di recupero fra osso e osso, dovuta a questioni anatomiche, come ad esempiola maggiore o minore vascolarizzazione di una certa area rispetto ad un'altra.

Anche nel caso dei più complessi problemi alle articolazioni, che notoriamente richiedono tempi di riabilitazione più lunghi rispetto a una frattura, il recupero funzionale è molto variabile.

In questo caso possiamo prendere l'esempio della **riabilitazione post-operatoria** di ginocchio.

Chi ha ricevuto l'asportazione di un frammento di menisco ha sicuramente tempi e percorsi di riabilitazione diversi da chi si è sottoposto ad artroprotesi. Allo stesso tempo l'intervento per la protesizzazione dell'anca non prevede gli stessi tempi e le stesse attività volte al recupero funzionale di chi ha avuto una protesizzazione del ginocchio.

Ogni percorso di riabilitazione, quindi, è da valutare caso per caso, anche se si possono individuare delle fasi generiche della **riabilitazione post-operatoria** che di seguito elenchiamo.

Le fasi della riabilitazione post-operatoria

Quante sono le fasi della **riabilitazione post-operatoria**?

Sebbene per rispondere alla domanda sia doveroso ricorrere ad una semplificazione, il percorso fisioterapico post-intervento può essere riassunto in quattro fasi generiche.

La prima fase si incentra sulla riduzione del dolore post-operatorio. L'inevitabile presenza di stati infiammatori ed edema può essere tenuta sotto controllo sin dai primi giorni. Le attività che possono essere consigliate in un centro di riabilitazione variano dall'[idrokinestoterapia](#) alla [massoterapia](#), alla ginnastica passiva (mobilizzazione arto da parte del fisioterapista senza che il paziente faccia forza). In alcuni casi può essere indicata anche la [tecarterapia](#), sia per il controllo di stati flogistici che per distendere e far progredire in modo corretto la ferita nel distretto operato.

La seconda fase è basata sul recupero funzionale. È una fase che risente molto, a livello di tempi, dei fattori che abbiamo elencato in precedenza. Talvolta già in questa fase si può arrivare ad un recupero completo del range articolare. Dato che i sintomi post-operatori sono ormai attenuati il fisioterapista può decidere di aumentare l'intensità e la frequenza delle mobilizzazioni, sbloccando progressivamente la mobilità dell'arto.

La terza fase della riabilitazione è generalmente costituita dal recupero della forza e dal miglioramento della resistenza. In questa fase si raggiunge il massimo recupero funzionale possibile e si conferisce stabilità ai risultati ottenuti. Tramite il rinforzo dei muscoli delle articolazioni si punta alla stabilizzazione articolare per tornare a muoversi attivamente. In questa fase in palestra si pratica esercizio terapeutico attivo, coadiuvato dall'utilizzo di resistenze scelte a discrezione del fisioterapista: dagli elastici nelle fasi iniziali ai pesi leggeri. È compito del fisioterapista saper valutare la giusta dose di carico senza che il paziente esageri o senta di aver già recuperato affidandosi ad un pericolosissimo "fai da te".

La quarta fase si basa sul garantire la massima funzionalità dell'arto. Si applicano di solito tecniche manuali, esercizi muscolari e attività volte a migliorare l'equilibrio articolare e la propriocezione (ovvero il proprio senso di posizione e di movimento degli arti del corpo senza l'uso della vista).

Come già accennato queste sono delle linee guida generali del percorso di **riabilitazione post-operatoria**. I percorsi di riabilitazione infatti variano per paziente, patologia e distretto del corpo. I centri di **riabilitazione post-operatoria** come Fisiocortiana si occupano della gestione personalizzata di queste fasi.

Riabilitazione post-operatoria con Fisiocortiana a Schio (VI)

La qualità della **riabilitazione post-operatoria** è un fattore che fa la differenza fra buon recupero e un cattivo recupero a seguito di un intervento ben riuscito.

Il nostro centro Fisioterapico a Schio (VI) è dotato di tutto il personale e la strumentazione necessaria per seguirti passo passo in tutte le fasi del percorso di riabilitazione. Impiegando i protocolli più efficaci per ogni tipo di intervento, il nostro personale specializzato può seguirti al fine di ridurre il dolore nelle fasi iniziali e lavorare ad un tempestivo e accurato recupero.

I nostri percorsi di riabilitazione sono fatti su misura per ogni paziente valutando attentamente esami ed evoluzioni del percorso di riabilitazione. Ci occupiamo di tutta la **riabilitazione post-operatoria** per sportivi e giovani e del recupero post-intervento nei soggetti più anziani. Ad esempio, ci occupiamo del recupero specifico per interventi chirurgici frequenti negli over 60: riabilitazione post-operatoria per frattura di femore e riabilitazione post-operatoria protesi anca e ginocchio.

La cosa migliore da fare dopo un'operazione è indubbiamente recarsi in un centro di fisioterapia specializzato e procedere ad una valutazione. Per questo, noi siamo pronti ad accoglierti ed ascoltarti mettendo a disposizione la professionalità e l'empatia dei nostri fisioterapisti e dei medici del nostro [poliambulatorio](#).

Vuoi accelerare i tempi e procedere verso il **massimo recupero funzionale possibile**? Mettiti in contatto con noi e saremo lieti di accompagnarti in questo percorso con attenzione e puntando in alto.