

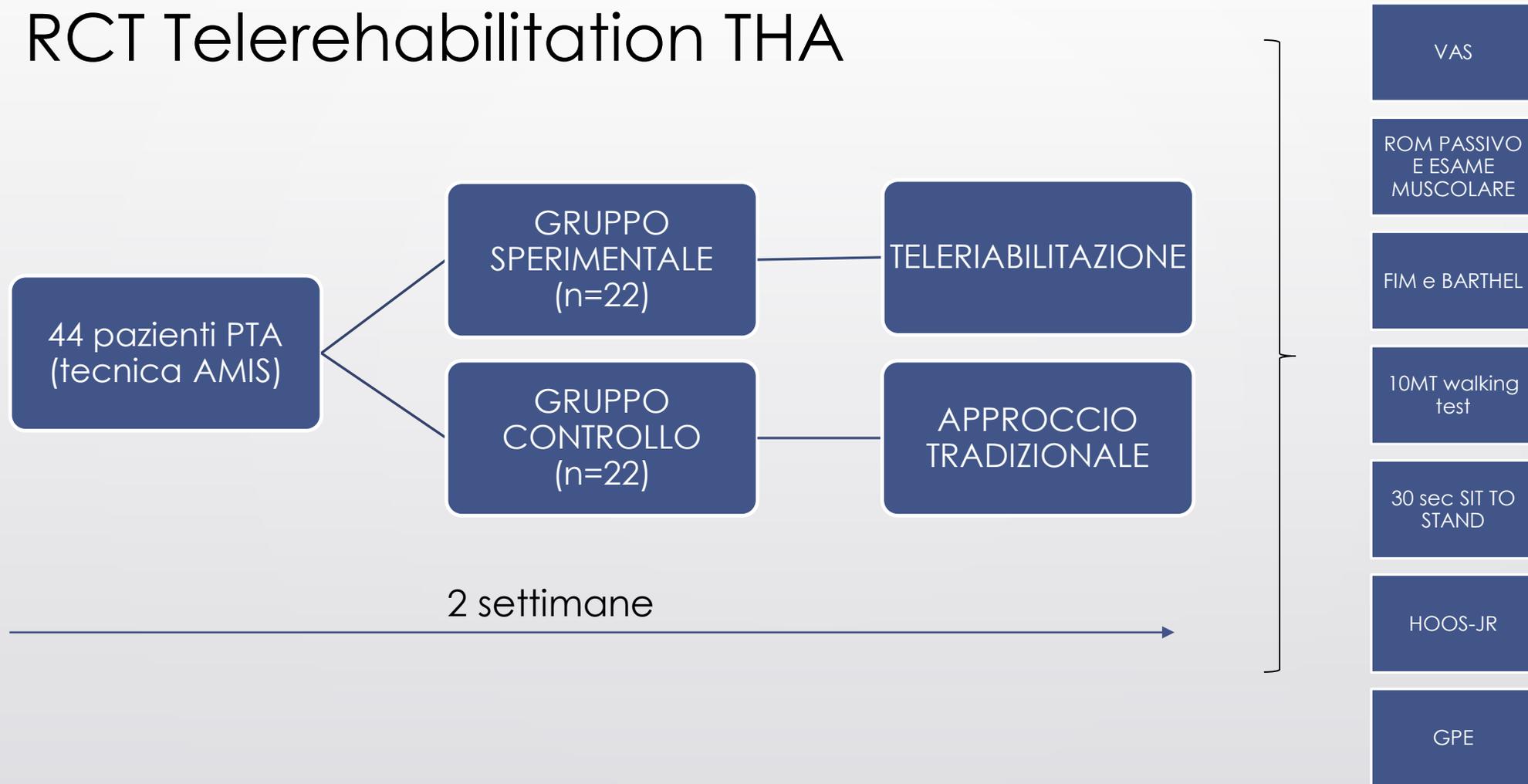


# ESPERIENZA: Programma riabilitativo a distanza

Dr. Francesco Vanni

Coordinatore Fisioterapia - Istituto Ortopedico Galeazzi

# RCT Telerehabilitation THA





## Esercizi da svolgere

Nella griglia sottostante sono elencati gli esercizi o protocolli che il paziente dovrà svolgere nella prescrizione corrente

Esercizio	Desc.	Durata (s)	Ripetizioni	Opzioni	
	ES 03 - Palla 1 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 01 - Flesso-estensione 1 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 17 - Ponte destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 06 - Palla 3 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 09 - Flesso-estensione 3 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 28 - Flessione ginocchio 1 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 25 - Abduzione anca 1 destra	300	40	⚙️	✖️
	ES 30 - Squat 2 sensori	300	40	⚙️	✖️
	ES 27 - Elevazione anca 1 destra	300	40	⚙️	✖️

## Filtro

1.  ▼
2.  ▼
3.  ▼

## Esercizi disponibili

Aggiungi	Esercizio	
+		ES 20 - Elevazione gamba 3 destra
+		ES 17 - Ponte destra
+		ES 16 - Apertura gambe 2 destra
+		ES 23 - Abduzione gamba 2 destra
+		ES 29 - Estensione anca 1 destra
+		ES 07 - Bicicletta destra
+		ES 08 - Flesso-estensione 2 destra
+		ES 25 - Abduzione anca 1 destra
+		ES 22 - Elevazione gamba 4 destra
+		ES 27 - Elevazione anca 1 destra



# PRE-REHABILITATION – *Fase 1*

- **DISCUSSIONE** (Anatomia, patologia, programma post-chirurgico, ausili, progressi attesi)
- **ISTRUZIONE** (in gruppo) su materiale necessario, servizio di fisioterapia, assistenza, pianificazione del piano di cura e della dimissione, esercizi pre-operatori

## FASE ACUTA – Fase 2 (giorno 0 – 3/4) (30 minuti, 2 volte al giorno)

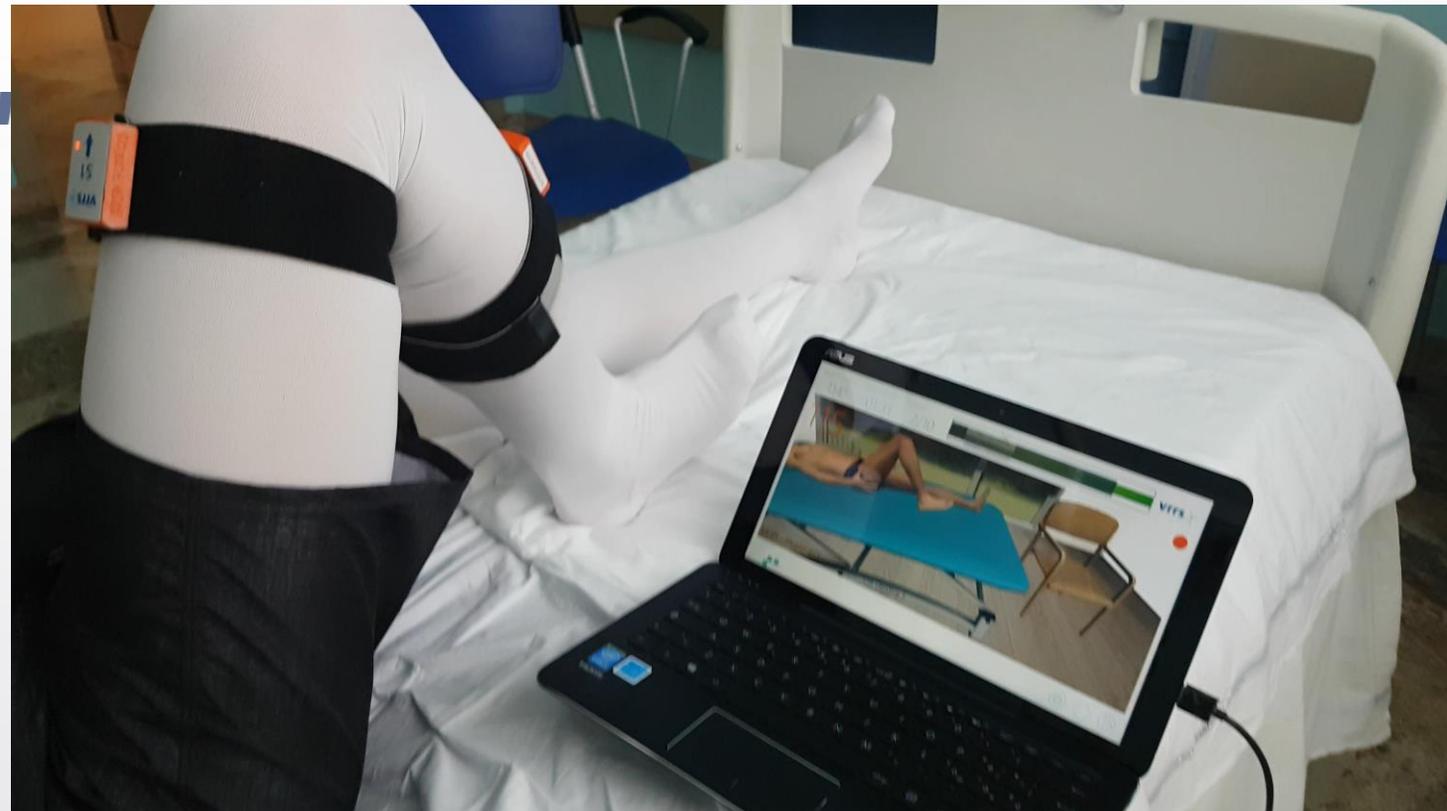
- RECUPERO DEL TONO-TROFISMO MUSCOLARE
- RECUPERO DEL ROM ARTICOLARE
- ISTRUZIONE AI PASSAGGI POSTURALI
- VERTICALIZZAZIONE dopo 4-6 ore dall'intervento
- EDUCAZIONE ALL'USO DEGLI AUSILI
- VERIFICA della COMPrensione delle NORME DI IGIENE POSTURALE e degli ESERCIZI DA ESEGUIRE A DOMICILIO (**gruppo controllo**) o ADDESTRAMENTO UTILIZZO TABLET E SENSORI (**gruppo sperimentale**)
- PERCORSO SCALE
- ACQUISIZIONE DI UNA CORRETTA DINAMICA DEL PASSO





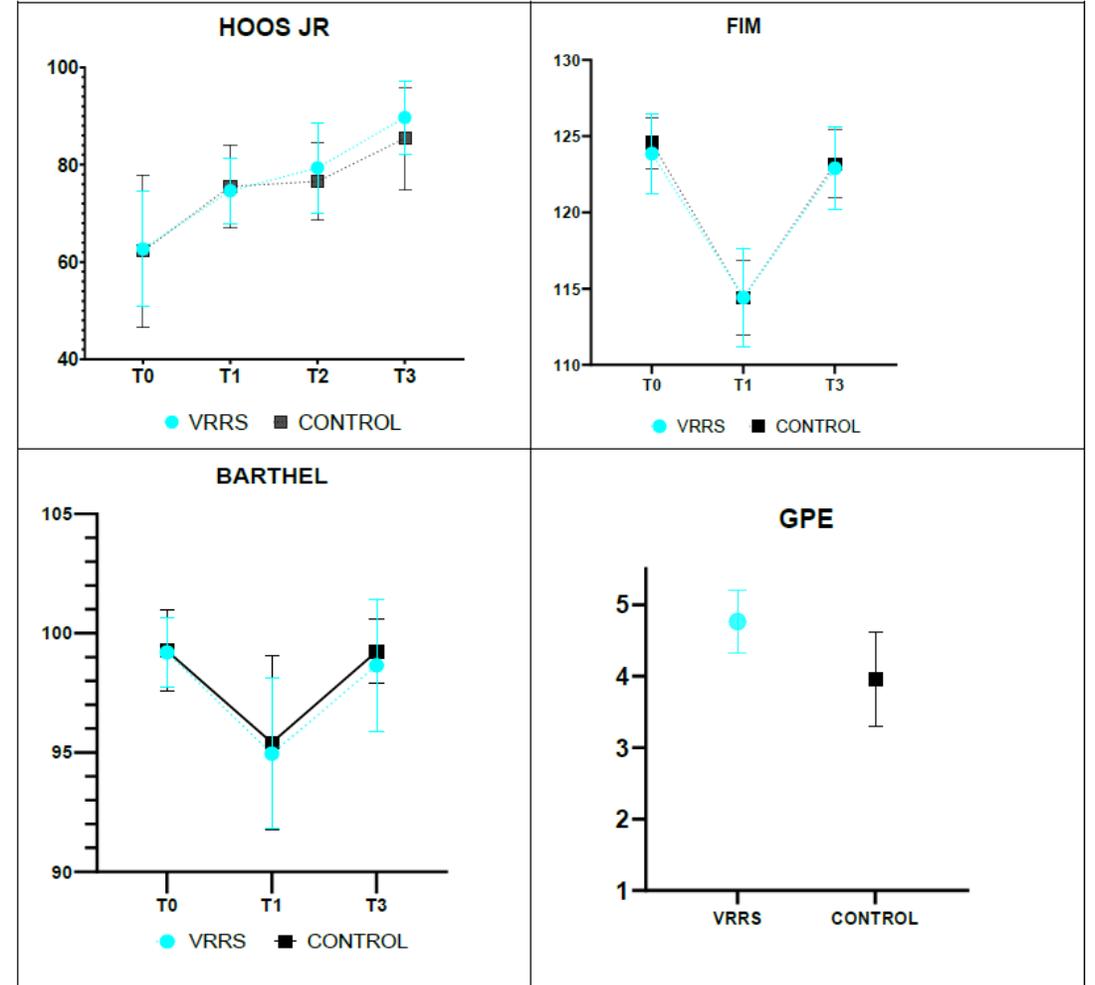
## FASE 3 – Mobilità e attivazione muscolare (settimane 0-2 *30 minuti 1 volta al giorno*)

- **ESERCIZIO TERAPEUTICO** (esercizi da supino: tibiotarsica, isometria quadricipite, flessione d'anca, saq, add e abd, ponte; esercizi in decubito laterale: abd e clam shells; esercizi in piedi: flessione plantare, mini squat, single limb stance, step-up, step laterale). In autonomia al domicilio per 15 giorni





# RISULTATI:



---

# Limiti dello studio e della teleriabilitazione



TECNICA AMIS E  
OUTCOME MISURATI E  
TIPOLOGIA PAZIENTE



TRATTAMENTO MANUALE



TECNOLOGIA



MODALITÀ MISTA  
(SINCRONA/ASINCRONA  
)



MULTIDISCIPLINARITÀ?



GRAZIE