

Informasjon til fysioterapeut

Pasienten din har hatt en akillesseneruptur og blitt behandla med gips og walkerortose i til saman 8 veker. Ortosen er no seponert og pasienten har behov for vidare opptrening. Dei 2 første månedane etter seponering av ortosen er risikoen for reruptur størst.

Det er veldig viktig at senen ikkje blir tøyd. Dette gjeld og utgangsstillingar som stiller krav til bevegelighet i ankelleddet (f.eks knebøy, utfall).

Rehabiliteringen bør ha fokus på normalisering av gangmønster. Pasienten skal trene styrketrening, balanse på fast underlag og stabilitet.

Pasienten treng hjelp med å finne rett progresjon i treninga. Treningen må legges opp etter noverande funksjonsnivå og mål for rehabilitering.