

## CONSEILS DE REEDUCATION REGULARISATION DU BOURRELET COTYLOIDIEN

Une régularisation du bourrelet cotyloïdien a été réalisée, consistant en une résection des zones lésées de ce bourrelet.

Cette chirurgie ayant respecté la structure des différents éléments musculaires, la marche est possible avec appui total et sans cannes anglaises après quelques jours post-opératoires.

La rééducation repose essentiellement sur une prise en charge adaptée du patient afin de lui permettre de retrouver une meilleure autonomie fonctionnelle, ce qui n'empêche pas par ailleurs d'améliorer les amplitudes articulaires et la tonicité musculaire.

- Travail antalgique, circulatoire et anti-inflammatoire par les techniques de drainage et la cryothérapie systématique.
- Electrothérapie excito-motrice des différents groupes musculaires.
- Récupération complète, progressive et indolore, passive et active des différentes amplitudes articulaires.
- Travail statique intermittent du quadriceps avec charge proximale progressive.
- Travail musculaire en chaîne fermée en appui.
- Travail des ischio-jambiers et du triceps sural en mode dynamique.
- Travail d'amélioration de la marche avec appui complet sur tapis en insistant sur le bon déroulement du pas.
- Conseils donnés au patient quant aux éventuelles adaptations de positionnement dans toutes les situations fonctionnelles.

En conclusion, la rééducation doit permettre d'accompagner le patient vers un retour à une utilisation fonctionnelle harmonieuse de sa hanche de manière à permettre une vie quotidienne meilleure.