



Dr. Marco Giaracuni

Medico Chirurgo Specialista in Ortopedia e Traumatologia

Dirigente Medico I Livello PO Vito Fazzi, ASL Lecce Cod Reg 939697

Segreteria [377.364.3186](tel:377.364.3186) orari 15:30-20 (lun-ven) anche Whatsapp

Contatto diretto abilitato a sms e whatsapp/chiamate in uscita [328.594.4051](tel:328.594.4051)

mail: m.giaracuni@gmail.com pec: marcogiaracuni@pec.it web: www.marcogiaracuni.it

PROTOCOLLO RIABILITATIVO dal 15° al 30° giorno post operatorio

- DEAMBULAZIONE CON TUTORE E DENTRO CASA SENZA TUTORE
- GINNASTICA DI POTENZIAMENTO MUSCOLO QUADRICIPITE FEMORALE, FLESSORI, ADDUTTORI ED ABDUTTORI CON RESISTENZA PROGRESSIVA
- GINNASTICA ISOMETRICA A 45° SENZA RESISTENZA → CON RESISTENZA PROGRESSIVA
- ESERCIZI DI STRETCHING FLESSORI DI COSCIA E FLESSORI DI GAMBA
- COCONTRAZIONI A CATENA CHIUSA
- FACILITAZIONI NEUROMUSCOLARI → POTENZIAMENTO E STRETCHING
- CYCLETTE SENZA RESISTENZA A SELLINO ALTO → CON RESISTENZA PROGRESSIVA ABBASSANDO GRADUALMENTE IL SELLINO
- MASSOTERAPIA ED ELETTROSTIMOLAZIONE ATTIVATORI DI GINOCCHIO
- IDROCHINESITERAPIA (DEAMBULAZIONE, RINFORZO MUSCOLARE, FLUIDITÀ ARTICOLARE)

RESISTENZA: KG 4-6 ALLA COSCIA (INCREMENTO PROGRESSIVO)

Dr. Marco Giaracuni

Firma digitale apposta tramite software personale