

Fléchir les doigts en poing.



Fléchir les doigts en griffe.



Intégrer la main dans les gestes quotidiens sans charge.

Au fil des jours, cherchez à atteindre les **amplitudes maximales**. Privilégiez les postures lentes et prolongées aux mouvements rapides.

Dès la semaine 8

Début de la **rééducation de la force**, selon les exercices donnés par votre ergothérapeute.

Nous restons à disposition pour répondre à vos questions par téléphone au 026 321 32 06 ou par mail ergo.cemf@hin.ch

Centre épaule main Fribourg SA
Service d'ergothérapie

¹ Luther C, Germann G, Sauerbier M. Proximal Interphalangeal Joint Replacement with Surface Replacement Arthroplasty (SR-PIP) : Functional Results and Complications. *Hand (N Y)*. 2010 Sep ;5(3) :233-40.

Rééducation après la pose d'une prothèse IPP¹

Informations au sujet de l'opération

La pose d'une prothèse au niveau de l'articulation interphalangienne proximale (IPP) a pour objectif la diminution des douleurs et le recouvrement d'une certaine fonctionnalité au quotidien. Lors de l'opération, le chirurgien fend le tendon extenseur pour pouvoir mettre en place la prothèse. Ce geste influence le protocole de rééducation en limitant certains mouvements.

Durant 3-4 jours: lutte contre l'œdème et l'inflammation

- **Surélever** le bras opéré le plus souvent possible au-dessus du niveau du cœur.
- Privilégier l'**ouverture du coude** plutôt que de garder le coude plié.
- Si nécessaire, appliquer une **poche de froid** (placée au réfrigérateur) sur le dos de la main. Temps d'application de 10 à 15 minutes, plusieurs fois dans la journée.

- Effectuer des **mouvements de balayage** (effleurements), du bout des doigts jusqu'à l'épaule.

Soins de plaie

- **Changer le pansement tous les 2-3 jours**, principalement lors des séances d'ergothérapie.
- Si le pansement est mouillé ou souillé, l'ergothérapeute vous indiquera comment changer le pansement.
- Sauf avis contraire, **le pansement ne doit pas être mouillé** jusqu'à l'ablation des fils. Lors de la douche, protéger la main dans un sac plastique.
- Les **fils sont enlevés 14 jours** après l'opération.

Les 6 premières semaines

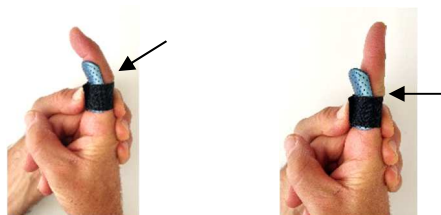
- **Port de l'attelle 24h/24** : 1x par jour, enlevez l'attelle en ne bougeant pas le doigt opéré et demandez que quelqu'un la nettoie à l'eau froide. Il est très important de bien

sécher l'attelle, par exemple en la tamponnant avec un linge, avant de la remettre en place.

Positionner le velcro sur les doigts, afin de placer **l'articulation IPP** (où il y a la prothèse) en **extension** (tendue).

- **Rééducation progressive** de la flexion IPP avec tube d'exercice adapté par l'ergothérapeute. Toutes les deux heures effectuer l'exercice suivant 10-15x :

Fléchir et tendre le doigt en tenant la 1ère phalange du doigt avec l'autre main :



Mobilisation libre du **poignet et des doigts non opérés sans charge**.

Dès la semaine 7

- **Ablation de l'attelle le jour**.
- Poursuite du port de l'attelle de nuit sur environ deux semaines.
- Mobilisation libre sans charge du poignet et des doigts :

Tendre les doigts.



Fléchir les doigts en toit.



Fléchir les doigts en manche.

