

	手術前	術後～1ヶ月	術後1～2ヶ月	術後2～3ヶ月	術後3～4ヶ月	術後4～5ヶ月	術後5～6ヶ月
日常生活	<p>入浴</p>  <p>着替え</p>  <p>利き手交換</p>  <p>外出</p>  <p>就寝 などの練習・指導を行います。</p>	<p>術後3週は自動運動をいきません。</p>  <p>術後3週経過後、自動運動を開始</p>	<p>自分で着替えを行う事が出来ます。</p>  <p>自分で体を行う事が出来ます。</p> 	<p>自分で頭を洗う事が出来ます。</p> 	<p>この時期より日常生活動作の制限がなくなります。徐々に日常生活の復帰へ！</p> <p>※ただし重いものは3～5Kgまでとします。徐々に負荷をあげていきます。</p> <p>運転が出来ます。</p> 		
検査	<p>MRI</p> 						<p>MRI</p>  <p>筋力測定</p> 
リハビリ	<p>筋力・可動域訓練を行います。</p> 	<p>手術後よりリハビリを開始します。術後3週より自動運動を開始</p> <p>※術後早期は感染症や合併症等のチェックのため来院日数は多くなります。</p> 	<p>術後6週より全可動域動かす事が出来ます。</p> 		<p>術後12週より腕立て伏せなどのトレーニングをしていきます。 (個人により差があります。)</p> 		<p>術後6ヶ月以降、徐々に各スポーツ動作への復帰を行っていきます。</p> 
装具	<p>装具付け外し訓練を行います。</p>	<p>手術後より専用の装具を装着します。</p> 	<p>術後3週経過後、装具が外れます。</p>				
関節唇修復度					50%		100%

\* 術式や状態によって多少の変更を生じることがあります。ご了承ください。

