

0-2 semaines

- Port de l'attelle en tout temps (jour et nuit) sauf pour l'hygiène
 - Sevrage de l'attelle après 10 jours
- Hygiène et assèchement de l'aisselle en position pendulaire
- Détacher le velcro de l'attelle au niveau du poignet lorsque vous êtes au repos pour déplier le coude occasionnellement le jour et la nuit
- Contrôle de la douleur (glace)
- ROM actifs du cou, de la ceinture scapulaire, du poignet et des doigts
- ROM passifs et actifs assistés du coude et de l'épaule

2-6 semaines

- ROM actifs du coude et de l'épaule lorsque ROM passifs et actifs assistés bien tolérés
- RISOM de l'épaule à 0 degré d'ABD
- Aucun renforcement du coude

6-12 semaines

- Poursuivre ROM passifs, actifs assistés et actifs du coude et de l'épaule si nécessaire
- RISOM du coude puis progresser vers renforcement isotonique
- Progresser renforcement de l'épaule
- Proprioception du coude et de l'épaule
- Retour aux sports et au travail selon l'avis de l'orthopédiste