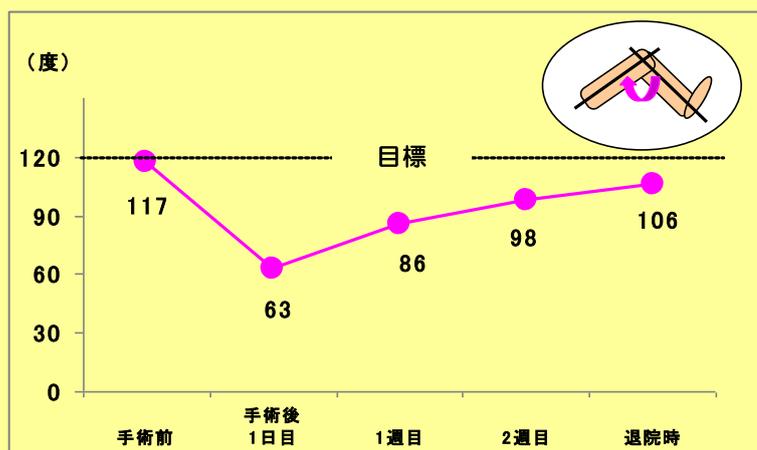


# 人工膝関節置換術後の機能回復の経過と リハビリについて

当科では人工膝関節置換術の手術を受けられた患者さんに対し、入院中のリハビリを行っています。以下は、当院入院中の膝関節機能回復の経過を示しています。ご参考ください。

(患者さんの手術前後の状態により、個人差はあります)

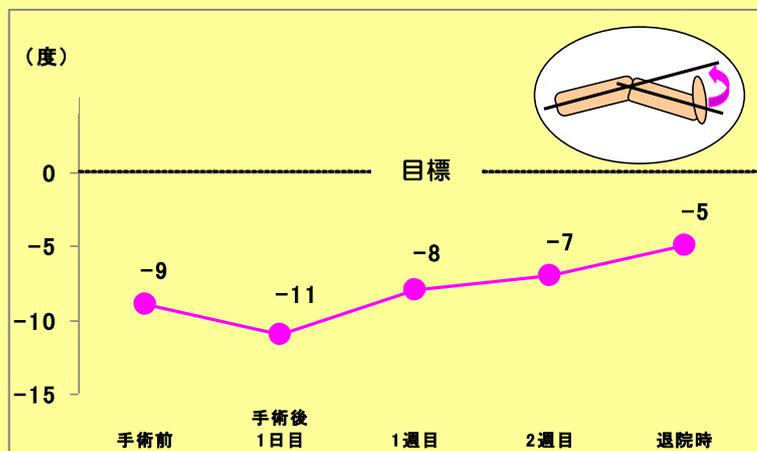
### ひざを曲げた角度



退院時は手術前角度の 90%まで回復しています。

手術後3ヶ月から半年ぐらいで、手術前に戻るとわれています。

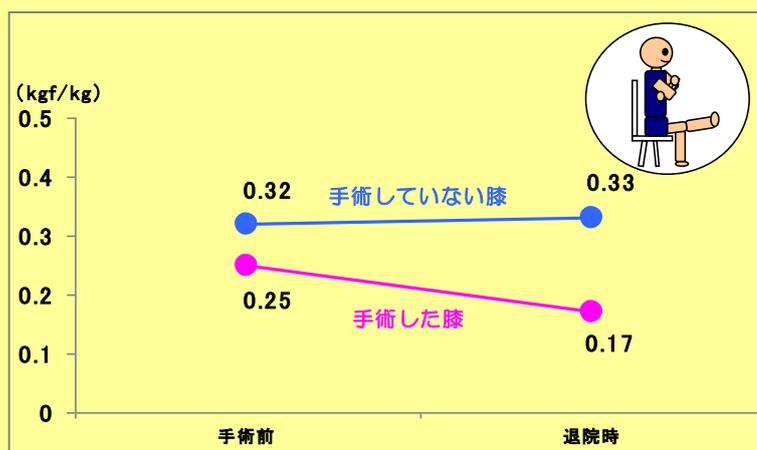
### ひざを伸ばした角度



退院時は手術前より改善しています

(マイナスからゼロに近づくことで改善していることを意味します)

### ひざを伸ばす筋力 (体重比)



退院時は手術前の 70%まで改善します。

手術後半年ぐらいで入院前に戻るとわれています。

# リハビリについて

入院中もですが、手術前・退院後のリハビリ（運動）も非常に重要です。  
以下の運動を参考に、毎日無理をしない程度（10～20回）で行ってください



ひざを曲げる運動



足首の運動

## 大腿四頭筋の運動



ひざに力を入れる運動



すわってひざを伸ばす運動