



Lâu đài Osaka, phủ Osaka



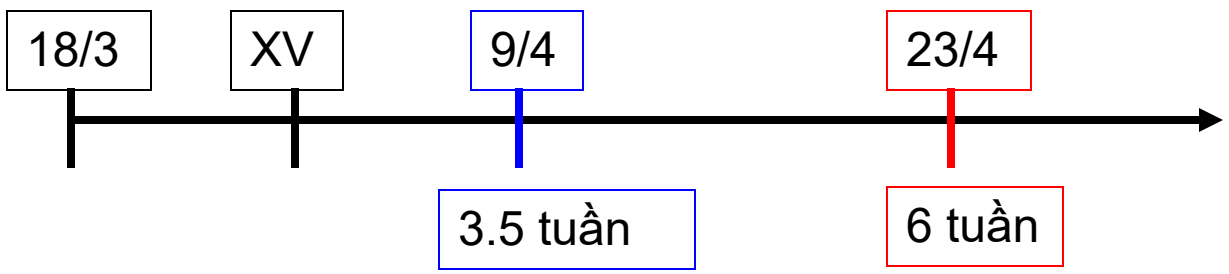


Original: completed in 1585, destroyed in 1615; Second: ~1626, ~1665

Today: rebuilt in 1931



Nam, 44 tuổi. Mổ 18/3/2012:
đứt gân 5 ngón, TK giữa,
nhánh nông TK quay, ĐM
quay



Chương trình tập ở nhà, tái khám 2 tuần:
•gấp ngón, cổ tay chủ động không đề kháng
•duỗi ngón chủ động / cổ tay trung tính

Gấp chủ động không đề kháng
sớm khi cho phép giúp:

- Phục hồi sự co cơ
- Trượt gân tốt hơn



Bài tập đặt-giữ

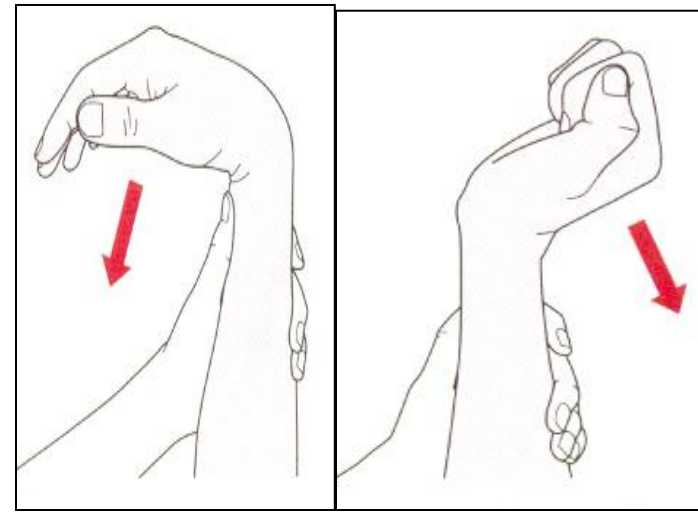


HD: đề kháng nhẹ, đính gân, trượt gân, gấp từng ngón
Tái khám 2 tuần

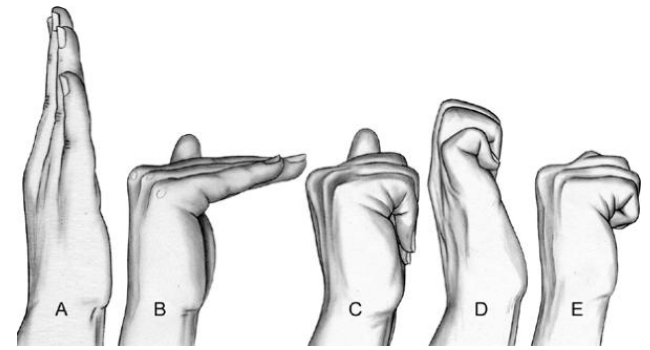
Gấp ngón có đề kháng nhẹ



Bài tập đính gân (tendodesis)



Bài tập trượt gân



Duỗi ngón, cổ tay chủ động, có đề kháng



Kéo dẫn duỗi đồng thời là không nên

Tập các cơ nội tại

