

RÉPARATION BICEPS DISTAL

DR DAVID BLANCHETTE • DR PATRICK LAVIGNE • DR BENJAMIN LÉGER-ST-JEAN

LIGNES DIRECTRICES POUR SUIVI POSTOPÉRAIRE EN PHYSIOTHÉRAPIE

PORT D'ATTELLE : 2 à 3 semaines avec orthèse articulée coude à 90° de flexion. Par la suite orthèse débloquée de 15° par semaine ou selon recommandations de l'orthopédiste.

** Surveiller amplitude à l'épaule

PHASE 1 (3 À 6 SEMAINES)

. Antalgie

. Débuter mouvements actifs-assistés et passifs coude

Flexion-supination-pronation : pas de restrictions

Extension : augmenter de 15 degrés par semaine ou selon recommandations de l'orthopédiste

PHASE 2 (6 À 12 SEMAINES)

. Sevrage de l'orthèse

. Débuter mouvements actifs du coude. Viser extension complète à 8 semaines.

. Débuter renforcement isométrique en position de repos du coude (extension-flexion-pronation-supination) (à partir de la 8^e semaine)

PHASE 3 (12 SEMAINES ET PLUS)

. Débuter renforcement musculaire isotonique du coude

. Débuter étirement maximum du biceps avec la composante d'extension à l'épaule

. Débuter proprioception

RETOUR AUX SPORTS

. **À 6 mois ou selon recommandations de l'orthopédiste**

Rédaction : Lise Beauchamp, pht

Révision: Benjamin Léger-St-Jean, MD, FRCSC, chirurgien orthopédiste
Anne Ducharme, pht
Marie-Ève Toussaint, pht
Anis Chikh, pht

Publication: Décembre 2016

Références

Horschig A, Sayers SP, Lafontaine T, Scheussler S. Rehabilitation of a surgically repaired rupture of the distal biceps tendon in an active middle aged male: a case report. *International journal of sports physical therapy*. 2012;7(6):663-71.

Mazzara JT. Postoperative distal biceps tendon repair rehabilitation protocol: Acute repair. Manchester, CT: Connecticut Center for Orthopedic Surgery; [s.d.]. 3 p.

