



Hôpitaux de Lyon

Service de chirurgie orthopédique - Hôpital de la Croix Rousse
Sport & Arthrose
Pr. E. SERVIEN – Pr. S. LUSTIG
103 grande rue de la Croix-Rousse 69004 LYON

Conseils après Reconstruction du MPFL

POUR LIMITER LA DOULEUR

Vessie de glace à la demande
Eviter la position debout prolongée
pendant 48 heures

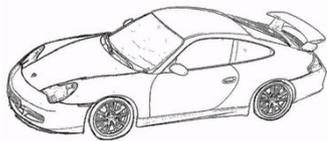


LES INTERDITS

Pas de limitation de la flexion
Port d'une attelle à la marche le temps
de « verrouillage » du quadriceps =
quelques jours

CONDUITE VOITURE

Reprise 15 jours après l'intervention



REPRISE DU SPORT

3 à 6 mois



LE TRAVAIL

Reprise du travail à 45 jours, autres
consignes à demander au chirurgien

LES MOUVEMENTS D'AUTOREEDUCATION

Séances de rééducation prescrites à débiter après la sortie de l'hôpital

