Dr Bernard de Geofroy

Chirurgien orthopédiste · Chirurgie de la hanche et du genou

RPPS 10102056552 · Conventionné secteur 2 OPTAM

Hôpital Privé Clairval — 317 bd du Redon, 13009 Marseille
Château-Gombert — 16 rue Louis Leprince-Ringuet, 13013 Marseille
Maison de santé Les Iris — Av. Jean Giono, 13190 Allauch

Secrétariat : 04 65 38 20 54 · chirurgie-hanche-genou-marseille.fr

PROTOCOLE DE RÉÉDUCATION · TRAUMATOLOGIE

Ostéosynthèse de fracture de rotule

Version 1 · octobre 2026

ATTELLE	APPUI	RÉÉDUCATION
Entre les séances, 6 semaines	**Sous couvert de l'attelle**	**Environ 4 mois**

Protocole indicatif. Les consignes figurant sur votre compte rendu opératoire et celles données par votre chirurgien ou votre kinésithérapeute priment toujours : un geste associé peut modifier les délais.

Consignes générales

- Attelle à conserver entre les séances pendant 6 semaines.
- Reprise de l'appui sous couvert de l'attelle pendant 6 semaines.
- Physiothérapie antalgique et anti-inflammatoire.
- Les consignes du compte rendu opératoire priment sur ce protocole.

Les étapes de la rééducation

Phase 1 J0 à J30

OBJECTIFS

- Protéger l'ostéosynthèse.
- Flexion de 0 à 60°.

CONTENU

- Mobilisation horizontale et verticale de la rotule.
- Flexion progressive entre 0 et 60°.
- Entretien du quadriceps par contractions isométriques.

Phase 2 J30 à J45

OBJECTIFS

- Flexion de 60 à 90°.

CONTENU

- Gain progressif de la flexion jusqu'à 90°.
- Poursuite du travail isométrique du quadriceps.

Phase 3 À partir de J45

OBJECTIFS

- Flexion au-delà de 90°.
- Force et contrôle musculaires.

CONTENU

- Gain progressif de la flexion.
- Renforcement musculaire périarticulaire.

- Reprogrammation neuromusculaire et proprioception.
- Sevrage de l'attelle à 6 semaines, selon la consolidation.

Informations pour le kinésithérapeute

- Rythme indicatif : 3 séances par semaine pendant environ 4 mois.

Contacter rapidement l'équipe chirurgicale en cas de

- fièvre supérieure à 38,5 °C ou frissons ;
- rougeur, chaleur ou écoulement au niveau de la cicatrice ;
- genou très gonflé, chaud ou douloureux qui ne s'améliore pas avec le repos et la glace ;
- douleur ou gonflement du mollet ;
- perte brutale de mobilité, blocage ou impression de lâchage ;
- difficulté à récupérer les amplitudes malgré une rééducation régulière.

Essoufflement brutal ou douleur dans la poitrine : appelez le 15.