

Dag 1 – ‘Rotator cuff related shoulder pain’

De belangrijkste redenen van schouderpijn zijn rotator cuff gerelateerd. Deze aandoeningen belemmeren het functioneren, zowel binnen de dagelijkse belasting als binnen het sporten, en zijn vaak maanden tot jaren aanwezig. Een groot deel van de patiënten binnen de dagelijkse praktijk presenteren zich met deze problematiek.

We starten deze lesdag met een theoretisch luik rond rotator cuff insufficiëntie. We herhalen de specifieke anatomie van de schoudergordel, in het bijzonder van de rotator cuff. We gaan in op de specifieke anamnese van schouderklachten. Aansluitend gaan we praktisch aan de slag en leren we de schouder onderzoeken vanuit het perspectief van bewegen. We herevalueren de bestaande orthopedische testen binnen deze problematiek. We bespreken gedetailleerd het ‘algoritme voor vroege detectie van schouderpathologie’ (Prof. Dr. Ann Cools). Dit algoritme vormt doorheen de driedaagse de kapstok voor onderzoek en klinisch redeneren. Vanuit een gedegen klinisch redeneren stellen we een differentiaal diagnostiek op: tendinopathie, full thickness tear en partial thickness tear of weak rotator cuff.

Aansluitend bekijken we de rol van de kinesitherapeut in de specifieke revalidatie van deze klachten: nadruk ligt op gerichte oefentherapie van de schoudergordel. Aan de hand van casussen bespreken we de revalidatie bij reactieve en bij (calcifiërende) degeneratieve tendinopathie van de rotator cuff. Vervolgens bespreken we uitgebreid de aanpak van full thickness tear van de posterieure rotator cuff. We eindigen de lesdag met behandeling van partiële rotator cuff rupturen, uitgaande van het principe van de weak rotator cuff en het gericht trainen van een correcte motor control rond de schoudergordel.

Planning dag 1

- inleiding rotator cuff insufficiëntie
- specifieke anatomie rotator cuff
- specifieke anamnese van rotator cuff gerelateerde schouderklachten
- introductie ‘algoritme voor vroege detectie van schouderpathologie’ (Prof. Dr. Ann Cools)
- introductie symptoomprovocatie en symptoomreductie
- onderzoek en toegevoegd onderzoek: orthopedische testen en clinical reasoning bij RC gerelateerde klachten
- opbouw gerichte oefentherapie (motor control) bij rotator cuff gerelateerde schouderklachten
- casuïstiek reactieve en (calcifiërende) degeneratieve tendinopathie
- casuïstiek full thickness tear
- casuïstiek partial thickness tear / weak rotator cuff