



Pediatric Orthopedic and Scoliosis Center
Rehabilitation Medicine Center

Rehabilitation prescription for:

Patient label

Dr. Tysklind's Clavicle ORIF Rehabilitation Protocol

Diagnosis: R / L Clavicle fracture

Procedure date:

S/P: Open reduction internal (plate) fixation

	WEEK										MONTH			
Pendulums			•	•	•	•	•	•	•	•				
Forward Elevation 0 to 90			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
Full Forward Elevation			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
External Rotation 0 to 30			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
External Rotation 0 to 45			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
Full External Rotation			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
Full Internal Rotation			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
PHASE 2 EXERCISES AROM														
Pendulums	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•				
Full Forward Elevation					•	•	•	•	•	•		•	•	•
External Rotation 0 to 30					•	•	•	•	•	•		•	•	•
External Rotation 0 to 45					•	•	•	•	•	•		•	•	•
Full External Rotation					•	•	•	•	•	•		•	•	•
Full Internal Rotation			•	•	•	•	•	•	•	•		•	•	•
PHASE 3 STRENGTHENING EXERCISES														
External Rotation						•	•	•	•	•		•	•	•
Internal Rotation						•	•	•	•	•		•	•	•
Forward Punch						•	•	•	•	•		•	•	•
Seated Rows						•	•	•	•	•		•	•	•
Shrugs						•	•	•	•	•		•	•	•
Curls						•	•	•	•	•		•	•	•
PHASE 4 RETURN TO HIGH LEVEL ACTIVITIES														
Golf												•	•	•
Tennis												•	•	•
Football												•	•	•
Baseball/softball												•	•	•

Additional Instructions:

*Keep hands within eyesight, minimize overhead movements

*No military press, pull downs behind neck or wide grip bench

Robert G. Tysklind, MD

Date