



Værd at vide efter benamputation

Du er blevet benamputeret og skal nu hjem og i gang med en ny hverdag. I den forbindelse kan der opstå spørgsmål. For at hjælpe dig, har vi samlet en række oplysninger, der kan gøre det lettere for dig og dine pårørende at orientere jer i hvem, der tilbyder hvilken hjælp. Du kan finde en elektronisk udgave på www.aalborguh.n.dk. Søg på 'amputation'. Her fører links og ikoner dig direkte til den hjemmeside, der har en uddybende information.



SYGEPLEJE I KOMMUNEN

Sygeplejen i kommunen sørger for, at du får sygepleje, når du kommer hjem. Sygeplejen er inddelt i områder. Vi fortæller dig ved udskrivelsen, hvilket område du hører til.

- Distrikt Øst: tlf. 97 11 57 40
- Distrikt Vest: tlf. 97 11 58 64

Du kan læse mere om hjemmesygepleje på www.mariagerfjord.dk. Søg på: 'hjemmesygepleje'.



AKUTTEAM

Har du behov for akut sygepleje, dvs. sygepleje, der ligger ud over den pleje, som du er henvist til, så ring på

tlf. 29 23 78 63.



HJÆLP OG PLEJE

Har du brug for:

- praktisk hjælp, rengøring eller madservice
- personlig hjælp og pleje, fx hjælp til hygiejne og bad eller til at komme ind og ud af sengen

Kontakt 'Myndighed og Visitation' i Mariagerfjord Kommune på tlf. 97 11 34 48.

Du kan finde mere information på www.mariagerfjord.dk. Søg på: 'hjælp og pleje'.



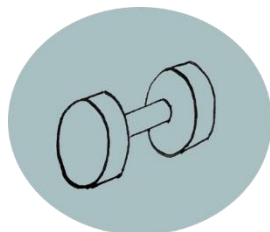
HJÆLPEMIDLER OG BOLIGÆNDRING

Du kan søge råd og vejledning om hjælpemidler og boligændring hos

- Visitation Hjælpemidler, Mariagerfjord Kommune, tlf. 97 11 34 49.
- Ansøg online på www.borger.dk. Søg på 'hjælpemidler'.

Kontakt også kommunen, hvis dine behov i forhold til hjælpemidler og bolig ændrer sig.

Hvis du har problemer med dine hjælpemidler, kan Hjælpemiddeldepotet kontaktes på tlf. 97 11 34 04.

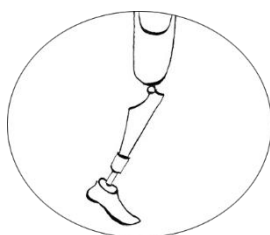


GENOPTRÆNING

Hospitalet sender en genoptræningsplan (GOP) til kommunen. Din genoptræning foregår enten på hospitalet eller i kommunen, alt efter, hvilken træning du har brug for. Det vurderes individuelt, hvilken træning du har brug for, og hvor den foregår. Du kan finde mere information om Visitation på www.mariagerfjord.dk. Søg på: 'genoptræning' eller ring:

- Visitation tlf. 97 11 34 56

En særlig gruppe af benamputerede kan søge om vederlagsfri fysioterapi. Spørg din læge om du er i målgruppen.

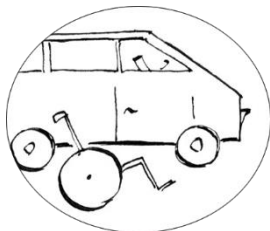


BANDAGIST

Hvis du søger protese, er det vigtigt at du kommer godt i gang med optræningen. Oplysninger fra dit træningsforløb indgår i kommunens vurdering af, om du er berettiget til at få en protese bevilget. Hvis du er berettiget til en protese, har du ret til frit valg af leverandør. Mariagerfjord Kommune har aktuelt leverandøraftale med Bandagist-Centret på arm- og benproteser. Bandagist-Centret har bl.a. afdelinger i Aalborg, Helsted og Risskov.

- Bandagist-Centret: www.bandagist-centret.dk, tlf. 87 42 51 00.

Det betyder, at hvis du ønsker at benytte dig af frit leverandørvalg, kan der måske blive en egenbetaling for dig. Mariagerfjord Kommune kan kun betale den udgift, som vi kan købe protesen til ved Bandagist-Centret. Visitationen kan dog bede om vurdering af to bandagister, hvis der er tvivl om produktvalg og pris. Alle ansøgninger om hjælpemidler, også protese, bliver vurderet i Visitationen, som vurderer, hvad der er bedst og billigst i forhold til dit funktionsniveau. Andre bandagister er: Ortos: www.ortos.dk, og Sahva: www.sahva.dk



TRANSPORT OG LEDSAGEORDNING

Kommunen kan rådgive om og give støtte til handicapbil og anden transport. Du kan søge om at få en ledsageordning i op til 15 timer om måneden, hvis du er 18-67 år og har en funktionsnedsættelse. Lav en liste, der beskriver, hvad du har brug for ledsager til, og kontakt så kommunen eller søg på www.borger.dk.



LEDSAGEKORT, PARKERINGSKORT OG EUROPANØGLE

- **Ledsagekort:** Du kan søge om et ledsagekort, hvis din fysiske funktion er nedsat. Det giver din ledsager adgang til koncerter og teatre. Find mere information på: www.handicap.dk/brugerservice/ledsagekort.dk
- **Parkeringskort:** Hvis du ønsker et parkeringskort, kan du søge om det hos Danske Handicaporganisationer. Find mere information på www.handicap.dk/brugerservice/parkeringskort.dk
- **Europanøgle.** Du har mulighed for at få en såkaldt Europeanøgle mod betaling, som giver adgang til alle handicaptoiletter i Europa. Find mere information på www.handicap.dk. Vælg Brugerservice > Handicapoilet.



SORG OG KRISE

Det er naturligt at føle tab ved at have mistet sit ben. Det er godt at tale med nogen om det. Tal med venner og familie og søg eventuelt hjælp hos hospitalspræsten, din lokale præst, en psykoterapeut eller psykolog. De er alle uddannede i at tale med mennesker i sorg og krise.

Hvis du ønsker at tale med en psykolog, kan din læge henvise dig.



FORENING FOR BENAMPUTEREDE I NORDJYLLAND

Det kan være godt at tale med andre, der har oplevet amputation på egen krop. Foreningen Et ben foran er en selvstændige forening. Alle amputerede og pårørende i Nordjylland er meget velkomne. Vi mødes 4-5 gange årligt og har det rigtig hyggeligt sammen. Vores mål er at være sammen med andre amputerede og hjælpe hinanden.

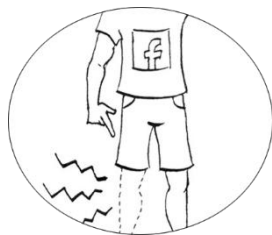
Kontakt Anette Ørtoft på etbenforan@gmail.com eller på tlf. 42 36 91 42 for information om netværket.



ANDRE FORENINGER, SOM ER RELEVANTE FOR BENAMPUTEREDE

Både Amputationskredsen under Dansk Handicap Forbund og Amputationsforeningen laver aktiviteter, stiller kontaktpersoner og bisidder til rådighed og hjælper med diverse ansøgninger. Amputationsforeningen udgiver også en håndbog: 'Håndbog for Nyamputerede'.

- **Amputationskredsen:** www.danskhandicapforbund.dk, tlf. 39 29 35 55.
- **Amputationsforeningen:** www.amputationsforeningen.dk, tlf. 50 93 70 40.



FANTOMSMERTER OG FACEBOOK

Mange oplever fantomsmerter efter benamputation. Tal med din læge om medicinering. Der findes mange måder at lindre smerterne på, så tal eller skriv også gerne med andre amputerede.

I Facebook-gruppen 'Aktive amputerede i Danmark' kan du og dine pårørende få mange vigtige informationer og stille spørgsmål til andre.

Et Ben Foran har ligeledes en Facebook-gruppe (Et Ben Foran), hvor du kan stille spørgsmål om eksempelvis fantomsmerter eller andet, der måtte fylde.



BISIDDER OG MENTOR

En bisidder kan hjælpe dig med kontakten til kommune, jobcenter, hospital og med bevilling af hjælpemidler. En mentor er en kontaktperson, du kan tale med om din situation. Kontakt én af følgende foreninger og spørg om, hvad de kan hjælpe dig med.

- **Dansk Handicap Forbund,** www.danskhandicapforbund.dk, tlf. 39 29 35 55
- **Amputationsforeningen,** www.amputationsforeningen.dk. Find en kontaktperson på hjemmesiden.
- **Foreningen Et Ben Foran,** etbenforan@gmail.com, tlf. 42 36 91 42
- **Ulykkespatientforeningen:** www.ulykkespatient.dk.



ANDET?
