

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 af pjecen på www.aalborguh.rn.dk. Søg på 'amputation'. Du kan læse mere om amputation på helbredsprofilen.dk/da/kategori/amputation.



SYGEPLEJE I KOMMUNEN

Din udskrivelse bliver aftalt i samarbejde med Aalborg Kommunes Udskrivningsenhed. Hvis du har behov for hjemmesygepleje, får hjemmesygeplejen besked om dit behov i forbindelse med din udskrivelse. Hjemmesygeplejen oplyser dig om de telefonnumre du kan benytte, hvis du får behov for at kontakte dem. Skriv dem evt. her:



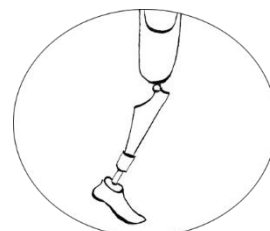
PERSONLIG PLEJE OG PRAKTISK HJÆLP

Du bliver udskrevet i samarbejde med Aalborg Kommunes Udskrivningsenhed. Udskrivningsenheden koordinerer og iværksætter den hjælp, der er nødvendig i forbindelse med din udskrivelse. Efter udskrivelse er der en medarbejder fra Aalborg Kommunes Visitation, der sammen med dig laver en konkret og individuel vurdering af dit behov for hjælp, og hvad du selv kan lære at klare. Hvis du har spørgsmål, kan du kontakte Kontaktcenteret, Myndighedshuset, tlf.: 9982 5000. Du kan finde mere information på www.aalborg.dk. Søg på 'hjælp i hverdagen'.



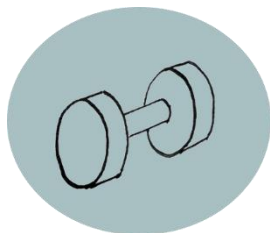
HJÆLPEMIDLER OG BOLIGINDRETNING

Har du spørgsmål vedrørende hjælpemidler og boligindretning, kan du søge råd og vejledning hos Kontaktcenteret, Myndighedshuset, Aalborg Kommune, tlf. 99 82 50 00. Kontaktcenteret kan svare på spørgsmål eller henvise til rette medarbejder i Visitationen. Ønsker du at søge om hjælpemidler, kan du søge online på www.borger.dk. Søg på 'hjælpemidler'.



BANDAGIST

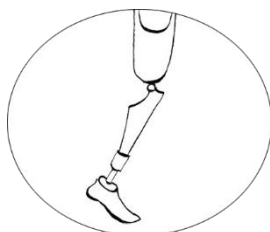
Hvis du i dit genoptræningsforløb vurderes egnet til protese, og Visitationen vurderer dig berettiget, indhentes tilbud fra bandagister. I Aalborg findes disse firmaer: Bandagistcentret, Ortos og Sahva. Aalborg Kommune inviterer bandagisterne til, i samarbejde med dig, at give et tilbud på protese ud fra de aktiviteter, du skal kunne klare i din hverdag. Kommunen kan bevilge det billigste produkt ud fra dit funktionsniveau. Du har ret til **frit valg**, men du skal selv betale, hvis det produkt, du vælger, er et dyrere produkt. Se også afsnittet om benprotese.



GENOPTRÆNING

Du vil få udleveret en genoptræningsplan i forbindelse med udskrivelse fra sygehus. Genoptræningsplanen bliver automatisk også sendt til Aalborg Kommune, så kommunen kan læse om dit behov for træning, og de særlige forhold, der er i forhold til dit genoptræningsforløb. Kommunen sender en bevilling til dig, hvor du kan læse kontaktoplysninger til Træningsenheden, og hvornår du kan forvente træningsstart. Genoptræningen vil oftest blive varetaget af fysio-/ergoterapeut fra Aalborg Kommunes Træningsenhed. For nogle kan træning dog foregå i en anden enhed i Aalborg Kommune. Træningen kan foregå på center og hjemme hos dig selv.

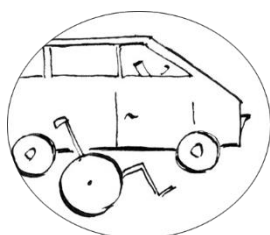
Hvis du har brug for transport til træning, aftales det med den terapeut, du skal træne med. Terapeuten bevilger transport til dig, hvis det er nødvendigt, for at du kan deltage i træningen. Genoptræningen målrettes i forhold til dine udfordringer, hvad du selvstændigt kan klare af daglige gøremål, og hvilken hjælp du har behov for i din hverdag. Det er formålet, at du selvstændigt kan udføre flest mulige daglige gøremål.



BENPROTESE

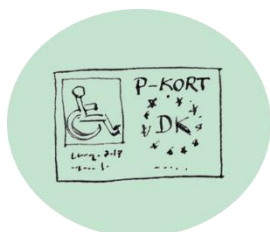
Undervejs i dit genoptræningsforløb vurderer terapeuterne sammen med dig og en medarbejder fra Aalborg Kommunes visitationsenhed, om du kan blive protesebruger. Vurderingen sker ud fra dit overskud til at træne og være aktiv i din hverdag, hvilken anden hjælp du har behov for og dit eventuelle ønske om at anvende protese.

Hvis du vurderes at være berettiget til protese og ønsker at søge, igangsættes samarbejde med bandagister. Forløb og samarbejde med bandagist foregår også i samarbejde med den terapeut, du træner med. Du kan derfor altid stille spørgsmål vedr. protese, bandagistvalg og forløb til terapeuten. Hvis du bevilges protese, fortsætter træningen med det formål, at du bliver i stand til at benytte protesen mest muligt i din hverdag.



TRANSPORT

Har du spørgsmål vedrørende mulighed for hjælp til transport, kan du søge råd og vejledning hos Kontaktcenteret, Myndighedshuset, Aalborg Kommune, tlf. 99 82 50 00.



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 > Handicaptoliet.



FORENING FOR BENAMPUTEREDE I NORDJYLLAND

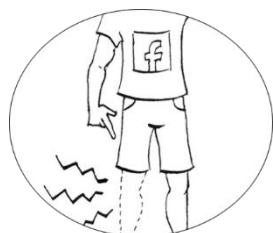
Det kan være godt at tale med andre, der har oplevet amputation på egen krop. Foreningen Et Ben Foran er en selvstændig forening. Vi mødes 4-5 gange årligt og har det rigtig hyggeligt sammen. Vores mål er at være sammen med andre amputerede og hjælpe hinanden. Kontakt Anette Ørtoft på etbenforan@gmail.com eller på tlf. 42 36 91 42 for information om foreningen.



ANDRE FORENINGER, SOM ER RELEVANTE FOR BENAMPUTEREDE

Både Amputationskredsen under Dansk Handicap Forbund og Amputationsforeningen laver aktiviteter, stiller kontaktpersoner og bisiddere 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.
- **Din fagforening.**



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.



ANDET?
