

# 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.rn.dk](http://www.aalborguh.rn.dk). Søg på 'amputation'. Her fører links og ikoner dig direkte til den hjemmeside, der har en uddybende information.



## 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:

---



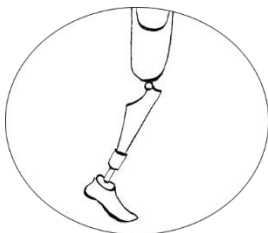
## PERSONLIG PLEJE OG PRAKTISK HJÆLP

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 bliver du kontaktet af en medarbejder fra Visitationen, 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](http://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](http://www.borger.dk). Søg på 'hjælpemidler'.



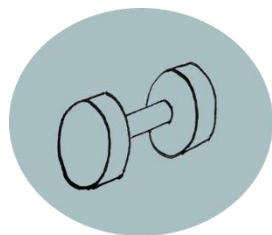
## BANDAGIST

Hvis du søger protese, er det vigtigt at du kommer godt i gang med træningen. 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 FRIT VALG AF BANDAGIST:  
**Ortos:** [www.ortos.dk](http://www.ortos.dk), tlf. 82 30 55 05

**Sahva:** [www.sahva.dk](http://www.sahva.dk), tlf. 70 11 07 11

**BandagistCentret:** [www.bandagist-centret.dk](http://www.bandagist-centret.dk), tlf. 87 42 51 00

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 egnet og billigst i forhold til dit funktionsniveau.



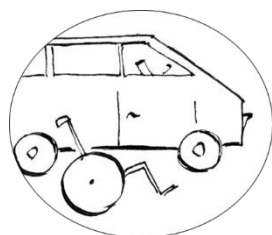
### GENOPTRÆNING

Du vil altid få en Genoptræningsplan ved udskrivelsen. Træningen vil foregå i Aalborg Kommunes træningsenhed.

Aalborg Kommunes Udskrivningsenhed sender dig en bevilling på træning, hvoraf kontaktelefonnumre vil fremgå. Skriv evt. nummer her: \_\_\_\_\_

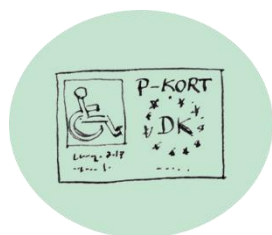
Af bevillingen vil det også fremgå, hvor du skal henvende dig, hvis du har brug for transport til og fra træning. Skriv evt. nummer her: \_\_\_\_\_

Hvis du i forbindelse med træningen i kommunen, vurderes berettiget til protese, og du får fremstillet en protese, kan det være, at du efterfølgende skal have et træningsforløb på sygehuset.



### 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](http://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](http://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](http://www.handicap.dk). Vælg Brugerservice > Handicaptoulet.



### 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

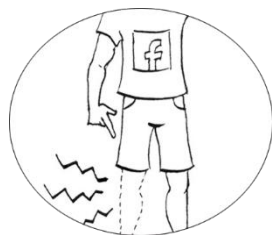
Det kan være godt at tale med andre, der har oplevet amputation på egen krop. Foreningen Et Ben Foran er en selvstændig forening. Vi mødes 4-5 gange årligt, og har det rigtig hyggeligt sammen. Vores mål er at være sammen med andre amputerede og hjælpe hinanden. Kontakt Anette Ørtoft på [etbenforan@gmail.com](mailto:etbenforan@gmail.com) 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](http://www.danskhandicapforbund.dk), tlf. 39 29 35 55.
- **Amputationsforeningen:** [www.amputationsforeningen.dk](http://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.

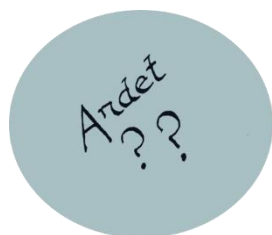
Et Ben Foran har ligeledes en Facebook-gruppe (Et Ben Foran), hvor du kan stille spørgsmål om eksempelvis fantomsmerter eller andet der måtte fylde.



### 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](http://www.danskhandicapforbund.dk), tlf. 39 29 35 55
- **Amputationsforeningen,** [www.amputationsforeningen.dk](http://www.amputationsforeningen.dk). Find en kontaktperson på hjemmesiden.
- **Foreningen Et Ben Foran:** [etbenforan@gmail.com](mailto:etbenforan@gmail.com), tlf. 42 36 91 42
- **Ulykkespatientforeningen:** [www.ulykkespatient.dk](http://www.ulykkespatient.dk).
- **Din fagforening.**



### ANDET?

---



---



---



---



---