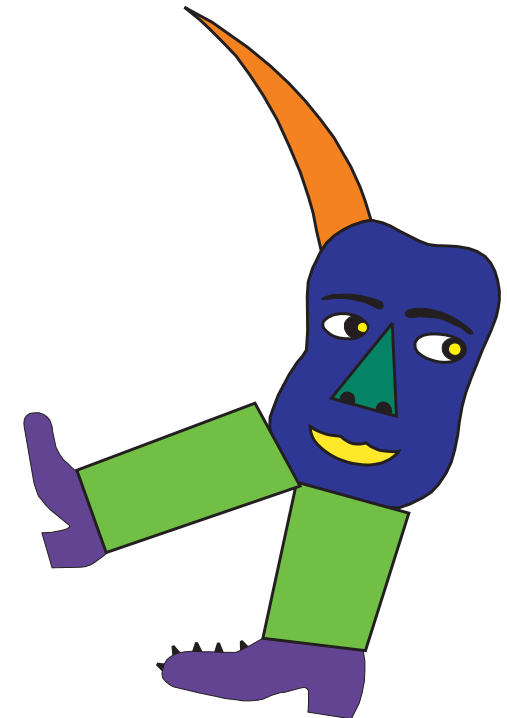
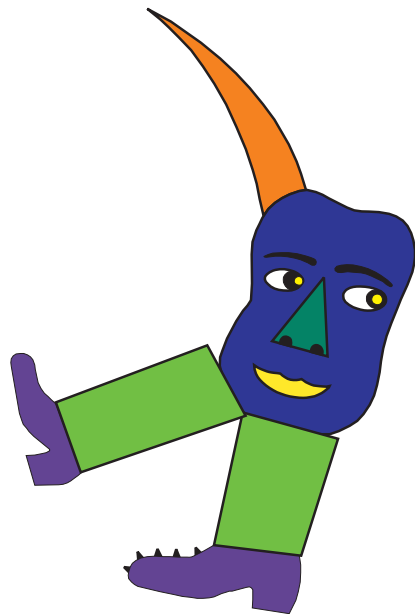


Mit freundlicher Unterstützung von

**SCHWARZ**  
P H A R M A

SCHWARZ PHARMA Deutschland GmbH  
Alfred-Nobel-Str. 10, 40789 Monheim  
Telefon 02173/484848, Telefax 02173/481598  
www.schwarzpharma.com

**Chance  
statt Schicksal**



Ich erkläre meinen Beitritt zur  
Amputierten-Initiative e. V. und verpflichte mich,  
den Mitgliedsbeitrag in Höhe von € 40,90/Jahr  
zu entrichten.

**Amputierten-Initiative e. V.**

Spanische Allee 158  
14129 Berlin  
Tel.: 030/ 803 26 75  
Fax: 030/ 80 49 16 35  
www.amputierten-initiative.de  
info@amputierten-initiative.de

Ort, Datum

Unterschrift

**Hilfe für Betroffene nach  
Beinamputation**

Amputierten-Initiative e. V.

5000867

## Inhalt

Die Amputierten-Initiative e. V. wurde 1991 von den Betroffenen Dagmar Gail und Henry Ziemendorf (†1995) ins Leben gerufen als bundesweit einzige Institution, die sich um Arm- und Beinamputierte kümmert, regional, national und international tätig.

Sinn und Ziel unserer Arbeit ist die Wiedereingliederung amputierter Menschen in ein aktives Erlebnis- und Arbeitsleben, soweit dies Alter und Gesundheit gestatten.

Die Amputierten-Initiative e. V. stellt sich der Aufgabe und damit der Herausforderung, Aufklärungs- und Öffentlichkeitsarbeit zu betreiben, um dringend erforderliche Veränderungen und Verbesserungen zu erreichen.

Wir bieten Betroffenen, deren Angehörigen und allen an der Integration Amputierter interessierten Menschen Hilfe, Beratung und Informationen.

Mit freundlicher Unterstützung von

**SCHWARZ**  
P H A R M A

<b>Einleitung</b>	4
Vor einem Amputationstermin	5
Prostanoide können helfen	5
Nach einer Amputation	6
Ursachen	6
<b>I. Im Krankenhaus</b>	
Medizinische Versorgung	7
Psychologische Hilfe	8
Prothetische Versorgung	9
Krankengymnasten	10
Phantomschmerzen	11
Sozialdienst	12
<b>II. Nach dem Krankenhausaufenthalt</b>	
Risikofaktoren	14
Vermeidung einer weiteren Amputation	15
Transkutane Sauerstoffpartialdruckmessung	17
Prothetische Versorgung	18
Stumpfpflege	19
Krankengymnastik	19
Gehschulung	20
Gefäßsporttraining	21
Behindertensport	22
Schuhkauf	23
Strümpfe	23
Wo Sie Unterstützung finden	24

## Einleitung

Wir erschrecken über den Verlust eines Körperteils, wir empfinden die Amputation als furchtbar belastend, mitunter befällt uns das Gefühl einer absoluten Minderwertigkeit. Aber: wir müssen Wege finden, um trotz des Verlustes diese neue Situation zu bejahen, sonst würden wir nur gegen uns selbst arbeiten und dies gerade in einem Augenblick, in dem es gilt, alle Kräfte zu bündeln, um zu einer anderen Lebensqualität zu gelangen. Es gilt, nach vorn zu schauen. Die Akzeptanz der Amputation ist die Voraussetzung, um die gewaltige Erschütterung in eine neue, uns bisher nicht bekannte Lebensqualität umzuwandeln.

Buch-Anregung: „Entdeckung der Langsamkeit“  
von Sten Nadolny.



### *Vor einem Amputationstermin*

empfehlen wir, sich gern bei Bedarf mit uns in Verbindung zu setzen. Schon zu diesem Zeitpunkt kann es möglich sein, Ihnen Ratschläge zu geben.

### *Eine medikamentöse Therapie mit Prostanoiden kann helfen,*

- Folgeerkrankungen zu vermeiden,
- weitere Amputationen zu verhindern,
- Schmerzen zu verringern und
- eine langfristige Verbesserung der Lebensqualität zu erhalten, gerade weil es sich bei der Durchblutungsstörung um eine chronische, also fortschreitende Erkrankung handelt, die unser ganzes Leben begleiten wird.

## I. Im Krankenhaus

### *Nach einer Amputation*

„Jede noch so geringfügige Amputation an einer Extremität bedeutet für den Patienten den irreversiblen Verlust eines differenzierten Körperteils und damit auch den Verlust seiner körperlichen Integrität.“\*

### *Ursachen,*

die zu einer Amputation führen können, u.a.\*:

- Arterielle Durchblutungsstörungen
  - o ohne Diabetes mellitus ca. 60 %
  - o mit Diabetes mellitus ca. 27 %
  - o gesamt ca. 87 %
- Traumata (Unfälle) ca. 4 %
- Infektionen ca. 2 %
- Tumoren ca. 2 %
- Angeborene Fehlbildungen (Dysmelien) ca. 0,2 %
- Verschiedenes ca. 5 %  
(z.B. Behandlungsfehler)

### *Medizinische Versorgung*

Medizinisch werden Sie gut versorgt, die Wundheilung wird sorgfältig von Ihrem Arzt und dem Pflegepersonal beobachtet und die Lagerung des Stumpfes so vorgenommen, dass schon hier einer Beugekontraktur (= Sehnenverkürzung) in Hüfte und Knie vorgebeugt wird.



\* Baumgartner, R., Botta, P. (1998). Amputation und Prothesenversorgung der unteren Extremität. Stuttgart.

### Psychologische Hilfe

Bei vielen von uns setzt nach der Amputation der große seelische Schock ein: das Verarbeiten des endgültigen Vorganges. Das Leben beginnt mit dem Jahr Null. Viele Patienten werden häufig allein gelassen. Es stürzt ein Bündel von Fragen auf den Amputierten ein: Wie werden sich partnerschaftliche und familiäre Beziehungen nach der Amputation entwickeln? Werden Freundschaften den neuen Belastungen standhalten? Lässt sich eine Integration ins Berufsleben ermöglichen? Wird es gelingen, von der Gesellschaft voll akzeptiert zu werden? Wie gestaltet sich die wirtschaftliche Situation?

Tragen Sie Ihren Wunsch im Krankenhaus vor, einen **Psychologen** oder einen **Seelsorger** zu konsultieren. Es ist Ihr Recht, konsiliarisch Hilfe in Anspruch zu nehmen. Möglicherweise erleichtert es auch Ihrer Ehepartnerin/ Ihrem Ehepartner oder anderen engen Angehörigen oder Freunden, gemeinsam mit Ihnen die Hilfe wahrzunehmen, um die für alle neue Situation verstehen und meistern zu lernen.

### Prothetische Versorgung

Die Anfertigung einer Interimsprothese (= erste prothetische Versorgung, ohne kosmetische Verkleidung) kann nach der Bewilligung durch Ihre Kasse noch im Krankenhaus angefertigt werden. Mit dieser vorübergehend zu benutzenden Prothese soll der Stumpf geformt und abgehärtet werden, da das Stumpfende jetzt unsere Fußsohle ersetzt. Die Interimsprothese gilt der Vorbereitung auf die sog. Definitiv-Prothese (= endgültige Prothesenversorgung). Jeder hat das Recht – auch nach der Entlassung – einen Techniker seiner Wahl auszuwählen. Die prothetische Versorgung ist von ungeheurer Bedeutung und die Voraussetzung, ob ein Patient nach der Entlassung selbständig mit seinem Leben umzugehen vermag.



### Krankengymnasten

Das intensive Training unter der fachkundigen Leitung hat die ganz herausragende Aufgabe, die Muskulatur zu stärken, das Gleichgewicht mit dem Amputierten zu erarbeiten und die ersten Schritte mit ihm durchzuführen. Diese Zeit ist in der Regel mühevoll, erfordert unsere ganzen Kräfte und die Energie, tapfer durchzuhalten.

Während der **ersten Gehschulung im Krankenhaus** müssen wir in der Anfangsphase um jeden Schritt nach vorn kämpfen, aber es wird sich zunehmend das gute Gefühl einstellen, Mut und Stärke erbracht zu haben, die unserem Selbstbewusstsein eine Basis geben. Jeder Schritt, den wir allein schaffen, macht uns unabhängig, gibt uns Lebensqualität und Würde.



### Phantomschmerzen

Viele Amputierte leiden unter Phantomgefühl, Phantomschmerz und Schmerz in der verbleibenden Extremität, wobei im Krankenhaus so kurz nach der Amputation eine präzise Unterscheidung zwischen dem Wundschmerz und dem sog. Phantomschmerz (= Schmerzempfinden in dem nicht mehr erhaltenen Bein) nur schwer möglich ist.

Einer Klärung bedarf es, ob es sich bei der Ursache des Schmerzes um medizinische oder prothetische Ursachen handeln könnte. Bei diesem sehr komplexen Gebiet sollten Vorschläge zur Behebung im Einzelfall besprochen werden.

Der Nerv, der sich vom Rückenmark bis in den Fuß zog, erinnert sich, vereinfacht gesagt, an den Fuß – und auch an Schmerzen, die vor der Operation in dem Fuß verspürt wurden. „Schon lange vor der Amputation sollte daher mit einer angepassten Schmerztherapie begonnen werden.“ So kann schon vor dem Eingriff das Schmerzgedächtnis im Rückenmark beeinflusst werden. (Dr. med. Th. Nolte)

### Sozialdienst

In jedem Krankenhaus stehen Sozialarbeiter gern zu Ihrer Verfügung, die Ihnen Hilfsangebote unterbreiten, die Entlassung vorbereiten und erleichternde Möglichkeiten zur Wiedereingliederung in die Gesellschaft und ins Berufsleben aufzeigen.

- Beantragung des Schwerbehinderten-Ausweises beim Versorgungsamt
- Beantragung einer evtl. Berechtigung eines Telebusses
- Hilfestellungen, um barrierefreies Wohnen unter Einschaltung Ihrer Krankenkasse zu ermöglichen, z. B. Schwellenbeseitigung, Breite der Türen, Läufer müssen festsitzen, Dusche und Badewanne mit Griffen versehen, Telefonkabel evtl. verlängern lassen
- Vorbereitungen für die Überweisung in eine REHA-Klinik
- Umschulung, falls notwendig
- nach Absprache mit dem Arzt Genehmigung eines Rollstuhls
- evtl. Beantragung einer Pflegestufe
- Hauspflege
- Rentenantrag

Weitere nützliche Ratschläge finden Sie im **Ratgeber für Behinderte**.



## II. Nach dem Krankenhausaufenthalt

### *Risikofaktoren*

Die Amputation erfolgte u. a. aufgrund folgender Risikofaktoren:

- genetische Disposition
- erhöhter Blutdruck
- Toxine (Gifte) wie Rauchen, Ergotamine
- erhöhter Blutzucker
- erhöhte Blutfette
- erhöhtes Lipoprotein (a)
- erhöhter Harnsäurespiegel
- erhöhtes Homocystein

Konsultieren Sie einen Gefäßmediziner, d. h. einen Angiologen, und lassen Sie regelmäßig und sorgfältig die Risikofaktoren überprüfen. Wenn Risikofaktoren nicht gut eingestellt sind, kann ein noch erhaltenes Bein in Gefahr geraten, aber sich auch ein Herzinfarkt oder Schlaganfall einstellen.

Wenden Sie den Risikofaktoren höchste Aufmerksamkeit zu.

### *Vermeidung einer weiteren Amputation*

Oberstes Gebot muss es jetzt sein, das gesamte uns zur Verfügung stehende medizinische Register zu benutzen, um eine weitere Gefährdung zu verhindern. Der Stumpf ebenso wie das noch erhaltene Bein bedürfen äußerster Pflege, da das erhaltene Bein unser kostbarstes Gut zur Fortbewegung geworden ist.

Diese Möglichkeiten sollten von **allen** Amputierten, unabhängig davon, welche Ursachen zu einer Amputation geführt haben, beachtet werden. Es ist ein weit verbreiteter Irrtum zu glauben, dass gefäßgesunde Amputierte von Durchblutungsstörungen nicht betroffen würden.

Gefäßuntersuchungen beim Angiologen sollten eine Selbstverständlichkeit werden. Vorsorge heißt aber auch, daß regelmäßig, also in ständig wiederkehrenden Abständen, eine Infusionstherapie durchzuführen ist. Eine Infusionsbehandlung mit durchblutungsfördernden Mitteln kann helfen, eine weitere Amputation zu vermeiden.



Prostanoide sind Medikamente, die auch in diesem Jahrhundert unübertroffen der Erhaltung der Extremität dienen können.

Durchblutungsfördernde Mittel können

- die Fließfähigkeit des Blutes verbessern,
- die Gefäßwände stabilisieren und
- die Mikrozirkulation verbessern,
- die Bildung neuer Gefäße (Kollateralen) anregen und fördern.

### *Verringerung der Schmerzen*

Durchblutungsfördernde Mittel können auch die Schmerzen verringern, weil die oben genannten Eigenschaften die Durchblutung nachhaltig verbessern können.

### *Transkutane Sauerstoffpartialdruckmessung*

Gerade die an pAVK leidenden Amputierten sollten verstärkt aufmerksam werden, wenn sich beim Laufen, aber auch in Ruhestellung Schmerzen einstellen oder bei einem Stumpf, bedingt durch die schlechte Durchblutung, blasse Verfärbung und Kühle auftreten. Hier kann es angezeigt sein, eine transkutane Sauerstoffpartialdruckmessung durchführen zu lassen, bei der der Sauerstoff auf der Haut gemessen wird. Mit Hilfe der messbaren Werte können Schmerzen nachgewiesen werden. Der Nachweis von Schmerzen sollte auch dem Techniker entscheidende Hinweise zum Aufbau einer Prothese zur Hand geben. „Beim durchblutungsgestörten Amputationsstumpf dürfen weder die Haut noch Muskulatur und Fettgewebe komprimiert werden.“ (Prof. Dr. med. W. Hepp)



### *Prothetische Versorgung*

Nach ca. 6 Monaten (+/- 3 Monate) hat der Stumpf seine Form und Festigkeit gefunden so dass mit dem Bau einer sog. Definitiv-Prothese begonnen werden kann, die sich durch einen sorgfältigen statischen und dynamischen Aufbau auszeichnen muss.

Eine Prothese sollte auf jeden Fall probeweise im Alltag getestet werden, ehe die **Unterschrift** über die Entgegennahme durch den Orthopädie-Techniker erfolgt.



### *Stumpfpflege*

Ab jetzt sollten Sie sich regelmäßig eines guten Stumpfpflegemittels bedienen, um der Haut täglich einen Schutz bei den besonderen Belastungen durch die Prothese anzubieten.

### *Krankengymnastik*

Die krankengymnastischen Übungen sollten dringlichst fortgeführt werden, um Kontrakturen und Atrophien zu vermeiden und die Muskeln zu stärken.

### *Gehschulung*

Nach jeder Neuanfertigung einer Prothese ist dringlich Gehschulung anzuraten.

Qualifizierte Gehschulung hilft dem Amputierten, die Folgen falschen Gehens erst gar nicht entstehen zu lassen: extreme Hals-, Nacken- und Rückenschmerzen, Wirbelsäulen- und Lendenwirbelbeschwerden, Hüftschäden etc..



### *Gefäßsporttraining*

Sehr wichtig und empfehlenswert ist es, am Gefäßsporttraining teilzunehmen. Gefäßtraining ist für jeden von Bedeutung, der unter arteriellen Durchblutungsstörungen in den Beinen leidet. Eine Altersbegrenzung besteht nicht.

Folgende Angebote erfolgen in einer Gefäßsportgruppe:

- spezielles Lauftraining zur Verbesserung der Durchblutung und damit Verlängerung der schmerzfreien Gehstrecke
- Muskeldehnungsübungen
- Entspannungsübungen
- Gymnastik mit großen und kleinen Spielen u.v.m.

Ein regelmäßiges Training, das auch konsequent angewandt werden sollte, ist anzuraten. (Dr. med. C. Fahrig)

### *Behindertensport*

Zu beachten sind auch die vielfältigsten Angebote, die beim Behindertensport anzutreffen sind.

Beim Deutschen Behindertensportverband Duisburg können Sie die Sportangebote in Ihrer Nähe erfragen.

Tel.: 0203/71 74 - 0



### *Schuhkauf*

Von nun ab sollten Sie auf eine besonders weiche Sohle und eine immer gleiche Absatzhöhe achten, da eine Prothese auf eine bestimmte Absatzhöhe eingestellt ist.

Die Schuhe sollten Sie nach der Breite des Kunstfußes auswählen und gleichzeitig darauf achten, dass der Schuh mit dem noch erhaltenen Fuß abgestimmt wird, damit der Schuh hier nicht zu eng sitzt. Beachte: Dreiweitensystem in jedem guten Schuhgeschäft.

### *Strümpfe*

Der Markt bietet Strümpfe für Gefäßkranke und Diabetiker an, um die Gefäße nicht einzuengen und damit eine verminderte Sauerstoffzufuhr zu unterbinden.

### *Wo Sie Unterstützung finden*

#### **Amputierten-Initiative e. V.**

Bundesverband  
für Arm- und Beinamputierte  
- seit 1991 -

Dagmar Gail  
Gründerin und Vorsitzende  
Maria Sauer  
Stellv. Vorsitzende  
Spanische Allee 158  
14129 Berlin  
Tel.: 030/ 803 26 75  
Fax: 030/ 80 49 16 35  
www.amputierten-initiative.de  
info@amputierten-initiative.de

Mitglied in:

DEUTSCHE GESELLSCHAFT  
FÜR ANGIOLOGIE e. V.

DEUTSCHE GESELLSCHAFT  
FÜR GEFÄSSCHIRURGIE e. V.

DEUTSCHE DIABETES GESELLSCHAFT

SCHMERZTHERAPEUTISCHES  
KOLLOQUIUM - DEUTSCHE  
SCHMERZGESELLSCHAFT e. V.

PARITÄTISCHER WOHLFAHRTSVERBAND

- Wir sind auf Ärztekongressen als Referenten oder als Teilnehmer im In- und Ausland = Fortbildung.
- Wir sind auf dem neuesten Stand der medizinischen Erkenntnisse.

Wir haben jährlich in Deutschland  
ca. 40.000 - 60.000 Beinamputationen.

- Wir beraten, um Amputationen verhindern zu helfen – Prävention.
- Wir helfen nach einer Amputation, ggf. zur Erhaltung des zweiten Beines.
- Wir vermitteln zu/ beraten bei
  - o Angiologen/ Gefäßmedizinern
  - o Diabetologen
  - o Gefäßchirurgen
  - o Amputationschirurgen
  - o Psychologen
  - o Schmerztherapeuten
  - o Orthopädie-Technikern
  - o Gehschulungen
  - o Gefäßtraining
  - o Krankenhäusern
  - o Rehabilitationskliniken
  - o Sozialdiensten
  - o Krankenkassen
  - o Ärztl. Schlichtungsstellen u. a.

Über **3.000 Beratungen** jährlich

Die Amputierten-Initiative e. V.

- finanziert sich u. a. aus Spenden und Mitgliedsbeiträgen,
- ist vom Finanzamt als besonders förderungswürdig und gemeinnützig anerkannt,
- ist weltanschaulich unabhängig.

Projekte: u. a.

- Dr. Richard von Weizsäcker, Schirmherr und Teilnehmer am Simultan-Schachturnier 2000
  - Robert S. Gailey, Miami, Gehschulseminar, 1995
- Schirmherrin: Christiane Herzog †

Ehrenmitglieder

Henry Ziemendorf †  
 Prof. Dr. med. Heinz Heidrich  
 Prof. Dr. med. Wolfgang Hepp  
 Prof. Dr. med. Georg Neff  
 Prof. Dr. med. Curt Diehm

Wir danken dem spanischen Maler GUSTAVO für das Logo.



Bitte mit  
0,51 EUR  
freimachen

An den Vorstand der  
**Amputierten-Initiative e. V.**  
 Spanische Allee 158

14129 Berlin

Absender:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

PLZ Ort

Tel./Fax