

Informatieblad Amputatie

Deel 1 - Algemene informatie



Inhoudsopgave

International Classification of Functioning, Disability and Health	4
Samen beslissen	4
E-Health en digitale vaardigheden	5
Meer informatie	5



Inleiding

“De eerste weken in het revalidatiecentrum kwam er veel op me af. Een nieuwe omgeving, nieuwe gezichten en therapieën waar ik nog nooit van gehoord had. Iedereen vroeg me wat ik wilde leren, maar daar had ik nog geen idee van. Ik was nog zo bezig met verlies van mijn been. De informatiebladen gaven mij houvast. Ik maakte aantekeningen en schreef mijn vragen op. Ook mijn familie zat regelmatig in de informatiebladen te lezen. Zij haalden er weer hele andere dingen uit dan ik. Dat was dan weer aanleiding tot een gesprek, dat we anders misschien niet gehad zouden hebben”.

Meneer Valentijn, 65 jaar

Het ondergaan van een amputatie is een ingrijpende (grote) gebeurtenis voor u en uw naasten. U verliest een deel van uw lichaam en daarmee een deel van uw mogelijkheden. Tijdens uw revalidatie leert u veel dingen (opnieuw). U leert hoe u uw stomp kunt verzorgen, hoe u uw conditie kunt opbouwen en hoe u zich kunt verplaatsen met en zonder prothese. Ook leert u vaardigheden die erop gericht zijn dat u uw eigen leven weer zo zelfstandig mogelijk kunt oppakken.

Deze informatiebladen zijn een belangrijk hulpmiddel bij uw revalidatie. Ze helpen u bij het verzamelen van informatie en ondersteunen u bij het aanleren van nieuwe vaardigheden.

Deze informatiebladen zijn voor alle patiënten met amputatie, zowel in de kliniek als in de polikliniek.

In dit informatieblad vindt u meer informatie over:

- International Classification of Functioning, Disability and Health
- Samen beslissen
- E-Health en digitale vaardigheden



International Classification of Functioning, Disability and Health

Bij Basalt werken we volgens de International Classification of Functioning, Disability and Health (ICF). Dit is een indeling van de Wereldgezondheidsorganisatie (WHO). Deze beschrijft hoe de mens functioneert en de factoren die op dat functioneren van invloed zijn. De ICF beschrijft hoe mensen omgaan met hun gezondheidstoestand. Iemand's gezondheid is met behulp van de ICF te verdelen in lichaamsfuncties, anatomische eigenschappen, activiteiten en het kunnen meedoen in de maatschappij. Het functioneren – en problemen daarmee – van een persoon hangt af van een situatie.

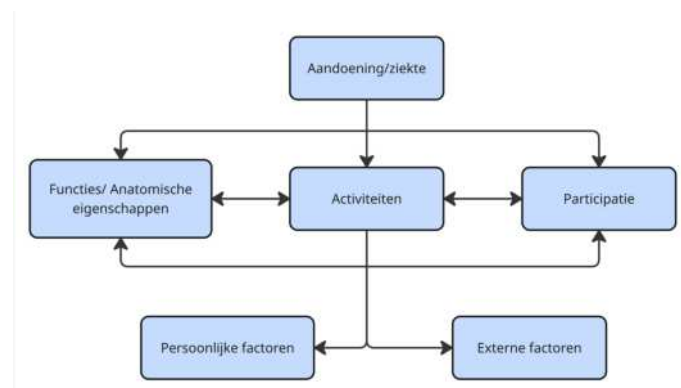
Daarom bevat de ICF ook omgevingsfactoren. De ICF geeft de behandelaren en patiënten een gezamenlijke taal om te overleggen en de behandeling vorm te geven. De indeling is ook als kapstok voor deze informatiebladen gebruikt.

Samen beslissen

Wij hebben u nodig om de beste zorg te kunnen geven. Wij willen graag van u weten wat u wel en niet wilt. En wat u belangrijk vindt. Dan kunnen we samen op zoek naar de zorg waar u tevreden mee bent. We beslissen samen welke behandeling het beste bij u past. Meer informatie over samen beslissen vindt u in het Informatieblad Samen Beslissen.

Hieronder is een plaatje van de stappen die u doorloopt tijdens revalidatie bij een amputatie. Dit kan u helpen nadenken over wat u belangrijk vindt in de behandeling. U kunt zien hoe lang elke stap ongeveer duurt. Houd er rekening mee dat het traject soms sneller, maar vaker langzamer verloopt. Bijvoorbeeld door problemen met de wondgenezing.

We stellen doelen op voor uw behandeling. Deze doelen vormen samen uw behandelplan. Dit behandelplan wordt regelmatig met u en de behandelaren nagelopen en als het nodig is bijgesteld. U zult regelmatig opnieuw gevraagd worden naar uw doelen.



E-Health en digitale vaardigheden

Tijdens het revalidatietraject ontvangt u veel informatie. Sommige informatie is bedoeld om meteen mee aan de slag te gaan. Andere informatie is bedoeld om op een rustig moment nog eens terug te lezen of om aan uw familie en naasten te laten zien. De informatie ontvangt u mondeling, digitaal via [Mijn Basalt](#) of op papier. U zult merken dat een deel van de behandeling ook digitaal aangeboden wordt. Bijvoorbeeld een app waarmee u de oefeningen, die u tijdens de fysiotherapie leert, zelfstandig kunt doen. Of een video met uitleg. Wanneer u moeite heeft om met computers om te gaan, helpen wij u graag. Laat het weten aan uw behandelaren of bij de verpleging!

Meer informatie

Hieronder vindt u een aantal nuttige links om te bekijken en boeken die u kunt lezen.

Websites:

Korter Maar Krachtig [www.kortermaarkrachtig.com]

Korter Maar Krachtig (KMK) komt op voor mensen met een amputatie. Zij bieden informatie aan en organiseren bijeenkomsten voor mensen met een amputatie of een aangeboren reductiedefect. Zij hebben een aantal vrijwilligers waar u contact mee kunt opnemen voor een gesprek. Dit kan ook tijdens uw verblijf in het revalidatiecentrum.

Uniek Sporten [www.unieksporten.nl]

Sporten en bewegen is niet alleen gezond, maar ook erg leuk om te doen! Het is goed voor je conditie, je wordt er fit en vrolijk van én tijdens het sporten kun je sociale contacten opdoen. Uniek Sporten vindt daarom dat sporten voor iedereen belangrijk is, een beperking hoeft daarbij niet in de weg te zitten. Uniek sporten ondersteunt sportaanbieders die aangepaste sport aanbieden. Ook kunt u hulp krijgen bij het vinden van de juiste sport of een sporthulpmiddel.

Nederlandse Vereniging voor Seksuologen
[www.nvvs.info]

Bij vragen op het gebied van seks en intimiteit kunt u terecht bij een seksuoloog. Aan het revalidatiecentrum is een seksuoloog verbonden. Op de website van de Nederlandse Vereniging voor Seksuologen vindt u een overzicht van alle erkende seksuologen in Nederland.



Boeken

Hoe blijf je fit na een beenamputatie
Han Houdijk, ISBN 9789081778732

Een boek voor een fit en actief bestaan voor mensen met een beenamputatie. Experts uit de praktijk en wetenschap leggen uit waarom fit zijn belangrijk is om goed te functioneren na een beenamputatie. Ook geeft het boek informatie over:

- Sporten met of zonder prothese.
- Opbouwen van activiteiten om uw fitheid te verbeteren.
- Hoe blijft u gemotiveerd?
- Tips om blessures te voorkomen.
- Voedingspatroon aanpassen om fit te worden en op gewicht te blijven.
- Interviews met ervaringsdeskundigen en met behandelaren.

Het boek is gratis te verkrijgen bij prothesemakers of te bestellen voor 10 euro via Heliomare. U maakt het geld over op rekeningnummer NL11RABO 0211695955 t.n.v. Stichting Heliomare te Wijk aan Zee onder vermelding van: 'Boek Hoe blijf je fit na een beenamputatie'. Zij ontvangen graag uw adresgegevens in een mailbericht (l.valent@heliomare.nl)

De Benen nemen
Els Cats, ISBN 9789021587967

Als dertienjarige was Els Cats betrokken bij een busongeluk. Als gevolg hiervan werd haar linker onderbeen geamputeerd. Zij heeft als ervaringsdeskundige een boek geschreven over leven met een beenprothese. In dit boek zijn interviews opgenomen met beengeamputeerden. Ze vertelt over de medische en psychische gevolgen van een amputatie. Ook vertelt ze over werk en sport en geeft ze boek tips over kleding en andere praktische zaken.

Belevenissen
Hein van der Zande

Persoonlijke verhalen over de eerste jaren na een beenamputatie, met tips en een glimlach van Hein. Het boek is de lezen via deze link:

- www.kortermaarkrachtig.com/wp-content/uploads/2022/03/Belevenissen-Hein-van-der-Zande.pdf

Opa en Sophie
Marijke Witman, ISBN 9789492593153

Een boek over hoe kinderen omgaan met veranderingen als een ouder of grootouder een been verliest. Voor kinderen van 6 - 10 jaar.

