

Welche Prothesen oder anderen Versorgungsmöglichkeiten gibt es?

→ Ursachen für die Amputation

→ Die Vorfußamputation

→ Die ersten Wochen danach

→ **Langfristige Versorgung**

10 Tipps gegen das Unbehagen

1. Seien Sie stolz, dass Sie es geschafft haben.
2. Schreiben Sie sich auf, was Sie alles gut können.
3. Lesen Sie sich diesen Text jeden Morgen vor.
4. Geben Sie die Schuld der Krankheit oder dem Unfall nicht sich selbst.
5. Lassen Sie Ihre Wut raus – z. B. an einem Sandsack.
6. Erklären Sie Ihren Fuß (-Stumpf) zu Ihrem besten Freund – und behandeln Sie ihn auch so.
7. Zwingen Sie sich, jeden Tag mindestens eine Stunde hinaus zu gehen; möglichst unter Leute.
8. Wechseln Sie mit jeder Bedienung, jeder Kassiererin und jedem Busfahrer ein paar Worte.
9. Wenn jemand komisch guckt: Schauen Sie komisch zurück.
10. Bleiben Sie so liebenswert wie Sie es immer waren.