

AKTIV MIT PROTHESE

GZ GESUNDHEITZENTRUM
SO STUTTGART-OST



KURZINFORMATION ZUM THEMA **UNTERSCHENKEL-
UND OBERSCHENKELPROTHETIK** MIT ÜBUNGEN
FÜR PROTHESEANWENDER

SCarstens
Sanitätshaus

www.sanitaetshaus-carstens.de

Individuelle Versorgung des Prothesenanwenders

Eine Amputation ist ein deutlicher Einschnitt im Leben eines Menschen. Sie bringt Veränderungen, Fragen, Sorgen und Ängste mit sich. Viele Menschen fühlen sich in dieser Situation allein gelassen.

Wir möchten diesen neuen Lebensabschnitt mit Ihnen gemeinsam gehen, Ihnen Mut machen, Perspektiven aufzeigen und Ihnen so den Weg zurück zu einem aktiven Leben und zu einer hohen Lebensqualität ebnen.

Unterschenkelprothetik



Bei uns steht eine individuell auf den Anwender zugeschnittene Beratung und Versorgung im Vordergrund. Von der Interimsprothese bis zur Definitivprothese mit mikroprozessorgesteuertem Fuß bieten wir das komplette Versorgungsspektrum an. Die Auswahl der Bauteile wird von uns gemeinsam unter Berücksichtigung des Alltags, der Freizeitgestaltung und der beruflichen Situation getroffen.

Unser Haus ist für alle Fußsysteme zertifiziert und bietet die Möglichkeit, unterschiedliche Prothesenfüße vorab zu testen, um ein optimales Versorgungsergebnis zu erzielen.

Für einen hohen Schaftkomfort steht uns neben dem klassischen Gipsabdruck auch das „Symphonie Aqua System VC“ zur Verfügung. Hierbei wird durch den individuell ermittelten hydrostatischen Druck ein präziser Abdruck der Stumpf-Anatomie unter Vollbelastung ermöglicht. Diese Abdruckmöglichkeit liefert vor allem bei Unterdruckschäften eine sehr gute Stumpfbettung.

Oberschenkelprothetik

Auch in der Versorgung von Oberschenkelamputationen steht bei uns der Anwender im Vordergrund.

Wir unterstützen Sie von der Beantragung der individuell zugeschnittenen Versorgung bei der Krankenkasse bis über die fertige Prothese hinaus. Ein guter interdisziplinärer Austausch mit dem Anwender, den Angehörigen, den behandelnden Ärzten und Therapeuten ist uns sehr wichtig, um die Prothesenversorgung möglichst gut auf Ihre individuellen Bedürfnisse abzustimmen. Bei der Komponentenauswahl werden neben den individuellen Bedürfnissen die Amputationshöhe, der Mobilitätsgrad sowie das Sicherheitsbedürfnis berücksichtigt.

Unser Haus ist für alle gängigen Prothesensysteme zertifiziert und bietet vorab die Möglichkeit, verschiedene Prothesensysteme zu testen.

In der Oberschenkelprothetik arbeiten wir unter anderem mit innovativer CAD-/CAM-Technologie. Hierbei werden die Daten Ihres Stumpfes erfasst und in ein digitales Modell umgewandelt. Durch unsere hauseigenen CNC-Fräsen sind wir in der Lage, eine schnelle und in-



dividuelle Versorgung anzubieten. Wir verbinden traditionelles Handwerk mit modernster Technik.



In Designfragen sind den Wünschen des Kunden (fast) keine Grenzen gesetzt.

Gerne fertigen wir den Schaft und die Kosmetik nach Ihren individuellen Wünschen und Vorstellungen an, damit Ihre Prothese zu einem echten Schmuckstück wird.

Übungen für Unterschenkelamputierte



Seitliches Verlagern

Verlagerung des Körpergewichts auf die Prothesenseite. Dabei zur Stabilisierung die Gesäß- und Stumpf-muskulatur anspannen. Dann das Körpergewicht wieder langsam auf die Gegenseite verlagern. Dieses Vorgehen mehr-fach wiederholen.



Vor und zurück

Das Gewicht gleichmäßig auf die Prothesen- und Gegenseite verteilen. Nun das Körpergewicht langsam vor und zurück verlagern. Dabei zur Stabilisierung die Gesäß- und Beckenmuskulatur anspannen.



Schritte auf den Punkt

Die Prothesenseite belasten und mit der Gegenseite im Wechsel einen Schritt zu einer Markierung auf dem Boden für kurze, mittlere oder große Schritte machen. Dabei auf das Gleichgewicht konzentrieren und den Fuß langsam wieder zurücksetzen.



Steigen

Das Gewicht auf die Prothesenseite verlagern und das Knie durchstrecken. Den Fuß der Gegenseite langsam auf die Stufe setzen. Dabei die Gesäß-, Oberschenkel- und Beckenmuskulatur anspannen. Darauf achten, dass das Becken nicht verdreht.



Übung mit kleinem Ball

Das Körpergewicht auf die Prothesenseite verlagern und das Knie durchstrecken. Den kleinen Ball unter den Fuß der Gegenseite legen und langsame Kreisbewegungen machen. Die Übung mit der Prothesenseite wiederholen.



Übung mit dem Fitnessband

Das Fitnessband um den Prothesenschaft und zum Beispiel ein Tischbein legen. Das Körpergewicht auf die Gegenseite bringen und die Prothese langsam und kontrolliert auf einer Linie zur Seite bewegen.

Übungen für Oberschenkelamputierte



**Seitliche
Beckenbewegung**

Die Füße im Abstand von 10 cm auf den Boden stellen und das Becken langsam von links nach rechts bewegen. Dabei darauf achten, wie sich das Gewicht von einem Fuß auf den anderen verlagert.



Treppen steigen

Das Gewicht auf die Prothesenseite verlagern und den Stumpf im Schaft nach hinten drücken (Hüfte strecken). Den Fuß der Gegenseite auf die Stufe stellen und das Gleichgewicht mithilfe der Hüftmuskulatur stabilisieren.



Vorwärts schreiten

Mit dem gesunden Bein einen Schritt nach vorne machen, wobei das Gewicht aktiv auf die Prothesenseite verlagert wird. Während des Schrittes nach vorne auf das Gleichgewicht über der Prothese achten.



Eine „8“ gehen

Zwei Gegenstände (z.B. Becher) auf dem Boden platzieren und in kleinen Schritten eine „8“ um die Hindernisse laufen. Dabei auf die Abrollbewegung des Fußes achten.



Treppe hinuntergehen (für Fortgeschrittene)

Am Handlauf festhalten und den Prothesenfuß auf die Stufe tiefer stellen. Das Gewicht langsam auf die Prothesenseite verlagern und das Becken nach vorne bewegen.



Rampe hinuntergehen (für Anwender mit beweglichem Gelenk)

Die Rampe kontrolliert in kleinen und gleichmäßigen Schritten hinuntergehen. Nach Möglichkeit am Handlauf festhalten.

SO FINDEN SIE UNS:

IN STUTTART:

Florianstraße 18-20
70188 Stuttgart
Telefon: 0711-92549-15

E-Mail:
prothetik@sanitaetshaus-
carstens.de

Bus Linie 42
Haltestelle Ostendplatz

Straßenbahn U4
Ostendplatz



SC-Kundenparkplätze:

Zufahrt über
Rolf-Nesch-Weg,
bei Schranke klingeln

IN ESSLINGEN AUF DEM KLINIKGELÄNDE:

Hirschlandstraße 97
Gebäude 16
73730 Esslingen
Telefon: 0711-92549901

E-Mail:
prothetik@sanitaetshaus-
carstens.de

SCarstens
sanitätshaus

prothetik@sanitaetshaus-carstens.de