

Wie verändert eine Beinprothese ein Leben?

Amputiert sein ist hinderlich, Prothesen sind hilfreich

In diesem Artikel möchte ich aufzeigen, dass die Notwendigkeit, eine Beinprothese zu tragen, zwingend zu Veränderungen im Leben eines Menschen führt. Diese Veränderungen sind umfassender, als man sich das als Frischamputierter oder als Nichtamputierter vorstellt. Jedoch sind die Möglichkeiten und Hilfen, sein Leben auch als Beinamputierter wieder selbst bestimmt und weitestgehend normal zu verbringen, vielfältig. Was erwartet einen Amputierten und was hat er selbst beizusteuern?

Was kann ich von moderner Prothesentechnik erwarten und was nicht?

Das Nichtvorhandensein oder der Verlust eines oder beider Beine ist ohne Zweifel ein massiver Einschnitt in das Leben eines Menschen. Dieser Einschnitt sorgt für Veränderungen



Foto: Autor

Was einmal alltäglich war, kann auch wieder alltäglich werden: Rasen mähen.

im Selbstbild, bei der Bewältigung des Alltags, im Umgang mit anderen Menschen. Das Leben verändert sich, Alltägliches und Besonderes muss sich neu einspielen. Besonders die neue Begleiterin des Amputierten, die Prothese, bedarf der erhöhten Aufmerksamkeit und will entdeckt werden. Dieses Entdecken und miteinander Umgehen braucht seine Zeit, aber je länger sich der Amputierte mit seiner neuen Begleiterin auseinandersetzt, umso mehr wird er sie schätzen lernen und ihre Hilfe in Anspruch nehmen können und wollen. Prothesen sind ungeheuer hilfreich, wenn sie richtig ausgewählt und angepasst sind. Man muss sich anschließend aktiv mit ihnen auseinandersetzen und nicht glauben, dass eine Prothese auf einen zukommt und aus eigenem Antrieb aktiv zur Verbesserung der persönlichen Situation des Amputierten beiträgt.

Nicht vergessen werden darf an dieser Stelle das persönliche Umfeld des Amputierten; es spielt eine entscheidende Rolle bei der Bewältigung der neuen Aufgaben und Anforderungen. Ohne die Unterstützung oder wenigstens die wohlwollende Anteilnahme des engeren Bekanntenkreises ist eine erfolgreiche Rehabilitation äußerst erschwert, wenn nicht so-

gar unmöglich. Vordergründig steht der Amputierte also vor der Aufgabe, die gleichen täglichen und besonderen Aufgaben wie vor der Amputation zu erfüllen, nur halt mit einem Gliedmaß weniger. Tatsächlich aber muss er das Beziehungsgeflecht zwischen sich und seiner Umgebung neu ordnen: Wie sehe ich mich - wie sehen andere mich; was glaube ich noch wert zu sein - wie sehr werde ich von anderen geschätzt; was glaube ich zu können - was leiste ich tatsächlich. Diese Fragepaare klingen erst einmal dramatisch. Mit der Zeit wird allerdings jedem Amputierten deutlich, dass sich fast alles regelt oder regeln lässt und der eigene (Stellen-) Wert nicht geringer wird, sondern mindestens noch der selbe ist, wenn er nicht sogar noch größer geworden ist. Das liegt erst einmal schlicht daran, dass man plötzlich um Lebenserfahrungen bereichert wird, die Nicht-Amputierte nicht machen mussten. Zudem ist klar, dass ein Amputierter seinen Alltag ebenfalls meistern muss und für die gleichen Aufgaben wie ein nicht Amputierter deutlich mehr Kraft und auch Zeit aufbringen muss. Es liegt also auf der Hand, dass ein amputierter Mensch ein umständlicheres Leben führt, und dass ein Amputierter, der ein ganz normal funktionierendes Mitglied unserer Gesellschaft ist, sich in jedem Falle einen zusätzlichen Respekt verdient und damit seinen (Stellen-)Wert erhöht hat.



Foto: © ddpicture-alliance

Prothesen stellen die verlorene Bewegungsvielfalt nur eingeschränkt wieder her. Jedoch kann innerhalb dieser Einschränkungen außergewöhnliches geleistet werden, wie hier Wojtek Czyn., nominierter Paralympics Debütant.

Dieses Neuordnen ist beschwerlich, aber im Gegensatz zu früher stehen heute Körperersatzstücke zur Verfügung, die durch hochgradig ausgefeilter Technik dem Amputierten helfen, den Verlust so weit wie möglich auszugleichen. Dabei ist es lohnenswert, sich vor Augen zu führen, was derzeit überhaupt prothetisch möglich ist und was nicht. Grundsätzlich gilt für alle Amputationshöhen, also für den Vorfußamputierten genauso wie für den Hüftexartikulierten, dass eine Beinprothese keine aktiven Bewegungen durchführen kann. Jede Beinprothese stellt ein passives System dar, welches nur auf äußere Bewegung reagiert und keine Bewegung selbständig ausführt. (Ausnahmen in Form des Proprio Foot oder des Power Knee von Össur bestätigen hier die Regel, dazu mehr an anderer Stelle).

Des Weiteren können Beinprothesen keine gefühlten Eindrücke wiedergeben. Druck, Wärme und andere Sinneswahrnehmungen aus dem Bein gehören als Prothesenträger der Vergangenheit an. Ebenfalls wichtig ist der Umstand, dass Beinprothesen nicht dauerhaft am Körper befestigt werden können, sondern in der Regel morgens angelegt und abends abgelegt werden. Das An- und Ablegen einer Prothese ist eine manchmal täglich mehrfach wiederkehrende Übung, die durchaus auch mit Aufwand verbunden sein kann (Waschen des Stumpfes und Pflege der Prothese). Ein Körperersatzstück ist nun einmal nur ein Ersatz für das Verlorene, die bequeme Vielseitigkeit des ursprünglichen Gliedmaßes bleibt derzeit unerreicht. Damit schränken sich die Möglichkeiten der Rehabilitation ganz banal durch begrenzte Technik ein.

Was bleibt, ist die Wiederherstellung von Grundfunktionen, wie das sichere Stehen als auch das Gehen in unterschiedlichen Geschwindigkeiten, sowohl auf ebenen als auch unebenen Untergründen. Auch das Hinabsteigen von Treppen oder schrägen Ebenen kann durch entsprechende Prothesentechnik wieder ermöglicht werden, und zwar ohne dass sich der Amputierte über ein erträgliches Maß hinaus belasten oder konzentrieren müsste. Beschränkt auf diese Grundbewegungen sind jedoch ausgefeilte und bemerkenswerte Hoch- und Höchstleistungen mit Prothesen möglich, wie die Leichtathleten bei den Paralympics eindrucksvoll beweisen. Aber auch scheinbar banale Alltagsleistungen wie das Erziehen von Kindern, das Ausüben einer Berufstätigkeit oder das Führen eines Haushaltes belegen dies.

Was muss der Amputierte leisten, um sich zu rehabilitieren?

Es steht also auf der einen Seite der Amputierte, der sich in seinem neuen Lebensabschnitt zurecht finden muss und dafür viel innere Kraft und äußere Unterstützung braucht, auf der anderen Seite die Prothese als neue Begleiterin, das Hilfsmittel, welches zunächst fremd, kalt und unbelebt scheint. Die notwendige Auseinandersetzung mit diesem Hilfsmittel wird oftmals allein dadurch erschwert, dass die neue Situation so unerträglich erscheint und die Beschäftigung mit allem, was mit der neuen Situation zu tun hat, mehr oder weniger bewusst abgelehnt wird. Im Extremfall sorgt diese Ablehnung dafür, dass ein Mensch nicht rehabilitiert werden kann – dann helfen auch computerunterstützte High-Tech-Prothesen mit gut sitzenden Schäften nichts. Denn wo kein Wille ist, da ist auch kein Weg. Wie aber kann dieser Wille belebt oder gestärkt werden? Eine mögliche Motivation ist die Erkenntnis, dass eine Amputation durch nichts rückgängig zu machen ist. Man ist unumkehrbar in einen neuen Lebensabschnitt gekommen. Die Motivation kann nun in dem Bestreben liegen,



Foto: MED Prothetik

Es gibt immer wieder erstaunliche Dinge, die man auch als Beinamputierter leisten kann: Nordic Walking.

es sich so angenehm wie möglich in diesem neuen Lebensabschnitt zu machen und dafür so viel wie möglich von anderen zu lernen. Dabei reicht es zunächst schon, wenn der Versehrte aufmerksam zuhört, wenn Ärzte, Therapeuten oder Mechaniker über die Amputation reden. Die nächste Stufe wäre das aktive Mitarbeiten in allen Abschnitten des Versorgungsprozesses: zunächst aktiv mit den Physiotherapeuten durch körperliche Arbeit, parallel dazu mit den Ärzten die Arbeit an der



Foto: Katharina Aigner

Das „gemischte“ Training von Behinderten und Nichtbehinderten Menschen ist selbstverständlich geworden (hier im Fitnessstudio Eisenhauer in Dortmund): keine übertriebene Neugier der Unversehrten, keine unnötige Scham des Amputierten.

Nachgefragt! Was heißt eigentlich ...

Hüftexartikuliert

Eine Exartikulation bezeichnet immer eine Abtrennung innerhalb eines Gelenkes. H. bezeichnet also die Stelle, an welcher die Amputation durchgeführt wurde: im Gelenk der Hüfte. Bei dieser eher seltenen Amputationshöhe fehlt tatsächlich das gesamte Bein.

Paralympics

Bezeichnung der Olympischen Spiele für Sportler mit Behinderung. Sie findet regelmäßig im Anschluss an die Olympischen Spiele statt.

Prothese

(griech. prósthesis = das Hinzufügen, das Ansetzen) Körperersatzstück aus unbelebtem Material zum Ausgleich fehlender Körperteile.

Schaft

Teil der Prothese, verbindet den Stumpf mit dem Kunstbein.

Vorfußamputiert

Bezeichnung der Stelle, an welcher die Amputation durchgeführt wurde: im vorderen Bereich des Fußes.

Wiederherstellung der eigenen Gesundheit, mit den Mechanikern die prothetische Versorgung und nicht zuletzt, eigentlich als Wichtigstes, die aktive Auseinandersetzung mit der Behinderung im Alltag. Probleme können manchmal schon ganz allein dadurch gemildert oder behoben werden, wenn man über sie spricht. Das Einbeziehen des eigenen Umfeldes stellt hier die wesentliche Grundlage zum Erlangen eines normalen Alltags dar. Als Kind, unerfahren im Einsatz des eigenen Körpers und unerfahren im Bewältigen des Alltags, hat man sich ja auch nicht gescheut zu fragen und auszuprobieren. Jedermann versteht und akzeptiert das. Dem gleichen Mechanismus unterliegt der Amputierte und er tut gut daran, sich wie ein Kind zu erlauben, sich neu kennen zu lernen, zu experimentieren und Fragen zu stellen. Jeder, der mit der Versorgung Beinamputierter zu tun hat, freut sich ungemein über aktive Patienten, die sich bemühen und Fragen stellen. Und auch das persönliche Umfeld dankt es, da die Hemmung zu fragen bei den unerfahrenen und den nicht amputierten Menschen groß ist. Zu schnell, glaubt man, wird der Amputierte unangenehm berührt oder in seiner Intimsphäre gestört.

Es bleibt also festzuhalten, dass auch der Amputierte eine Aufgabe im Zusammenspiel aller an einer Versorgung mit Beinprothesen beteiligten Personen und Institutionen hat: Er muss sich interessieren und bemühen, er muss lernen sich seiner Behinderung und seiner Umgebung gegenüber zu öffnen. Dann wird er damit belohnt werden, dass er ein im Rahmen seiner Möglichkeiten weitgehend normales Leben führen kann.

Technik kann nur helfen, wenn sie verstanden und genutzt wird. Eine Prothese kann einen Amputierten nicht „gehen machen“.

In diesem Zusammenhang ist auf ein weit verbreitetes Defizit hinzuweisen, das von großer Bedeutung für die Rehabilitation des Amputierten ist. Vielfach ist den Amputierten gar nicht klar, was sie mit ihrer eigenen Prothese anfangen können und was nicht. Weder über die verwendeten Teile noch über die Eigenschaften der Prothese ist sich der Amputierte im Klaren. Sehr häufig ist festzustellen, dass sich die Unterweisung im Gebrauch der Prothese auf die grundsätzlichen Möglichkeiten des Einsatzes beschränkt, frei nach dem Motto: Wir können froh sein, dass das Bein angezogen werden kann und schmerzfrei sitzt, der Amputierte stehen und vielleicht auch gehen kann. Dass aber der geschickte Einsatz der Prothese in der Praxis weit mehr beinhalten kann, zeigt die Erfahrung. Der Versagensmechanismus für die ungenügende Benutzung des Körperersatzstückes im Alltag funktioniert auf beiden Seiten: Der Amputierte glaubt, weil er sich nicht neugierig genug mit seiner neuen Situation beschäftigt, dass eine Prothese für ihn gehen kann, ihn sozusagen „laufen machen kann“. Da das

nicht funktioniert, zieht er sich enttäuscht in eine passive Haltung zurück. Der Mechaniker oder der Therapeut hingegen ist bereits stolz auf das Erreichte und hofft, dass die Feinheiten der Bewegung oder der Technik sich dem Versehrten im Alltag von allein erschließen. Aber auch das ist selten genug der Fall, und so bleibt der Amputierte häufig unter seinen eigenen Möglichkeiten.

Nach der Amputation ist das Leben genauso lebenswert wie vorher, bereichert um zusätzliche Aufgaben für den amputierten Menschen



Foto: Otto Beck

Das Leben ist auch mit Beinprothese lebenswert. Angeln entspannt – auch Beinamputierte! Der Wunsch, Hobbies wieder ausüben zu können, zählt zu den besten Triebfedern, sich an seine Grenzen zu wagen – und sie manchmal zu überschreiten.

Da das Potential des Amputierten zur Rehabilitation also oftmals größer ist als es den Anschein hat, besteht vielfach die Möglichkeit, durch intensives Auseinandersetzen mit der „Materie“ seine eigene Situation zum Teil erheblich zu verbessern. Als Beinamputierter kann man ein höchst lebenswertes Leben führen, es ist nur um einige Aufgaben bereichert. Und wenn eine Amputation vom Amputierten als Bereicherung verstanden wird, um erkennen zu können, dass „lebenswert“ nicht gleichzusetzen ist mit „unversehrt“, dann erwächst aus dem vermeintlichen Verlust ein enormer Gewinn – der Gewinn von Erkenntnis und tieferer Einsicht.

Michael Kramer

Anzeige



ALTEC

Rudolf-Diesel-Str. 7 • D-78224 Singen
Tel. 07731/8711-0 • Fax 8711-11
Internet: www.altec-singen.de
E-Mail: altec-singen@t-online.de

