



## Kto może być skierowany na rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS

Na rehabilitację leczniczą mogą zostać skierowane osoby przebywające na zwolnieniu lekarskim, osoby pobierające świadczenie rehabilitacyjne lub okresową rentę z tytułu niezdolności do pracy, jak również osoby pracujące, które są zagrożone całkowitą lub częściową niezdolnością do pracy. Podstawą skierowania na rehabilitację jest orzeczenie lekarza orzecznika ZUS, które jest wydawane m.in. na wniosek lekarza leczącego pacjenta.

### Rehabilitacja lecznicza prowadzona przez ZUS

przynosi korzyści pacjentkom,

które w wyniku poprawy stanu zdrowia i funkcji organizmu otrzymują szansę odzyskania zdolności do pracy.

Tym samym kobiety, mimo często koniecznej kontynuacji leczenia, mogą być aktywne zawodowo.

[www.zus.pl](http://www.zus.pl)

# REHABILITACJA

## dla kobiet po mastektomii w ramach prewencji rentowej ZUS

Zakład Ubezpieczeń Społecznych prowadzi rehabilitację leczniczą, która ma na celu przywracanie sprawności fizycznej, psychicznej i społecznej utraconej wskutek schorzeń i urazów.

Od 2010 r. ZUS realizuje program dla kobiet po mastektomii. Celem programu jest wspomaganie procesu dochodze-





nia do pełnej sprawności, a w efekcie umożliwienie kobietom powrotu do pełnego uczestnictwa w życiu zawodowym i społecznym.

Turnus trwa 24 dni, w trakcie którego pacjentki znajdują się pod opieką zespołu fachowców złożonego z lekarzy, fizjoterapeutów, psychologów i pielęgniarek. Program rehabilitacji jest kompleksowy i obejmuje ćwiczenia oraz zabiegi fizykalne, oddziaływania psychologiczne, edukację zdrowotną i promocję zdrowia. Rodzaj i liczba zabiegów są dostosowane do indywidualnych możliwości i potrzeb osoby skierowanej na rehabilitację.

## Co daje rehabilitacja lecznicza

Rehabilitacja prowadzona jest pod okiem specjalistów i w oderwaniu od codziennych obowiązków. W wyniku rehabilitacji następuje zwiększenie zakresu ruchów w stawach okolicy operowanej, poprawa krążenia krwi i przemieszczania płynów ustrojowych. Prawidłowo wykonywane ćwiczenia prowadzą do likwidacji objawów zastoinowych

i obrzęków, poprawia się sprawność całej kończyny górnej po stronie operowanej oraz wzmacniają mięśnie kręgosłupa, co umożliwia korekcję nieprawidłowej postawy. Masaż poprawia przepływ krwi i chłonki przyspieszając wchłanianie obrzęków, poprawia utlenowanie i odżywienie tkanek oraz ułatwia usuwanie z organizmu produktów przemiany materii. Zabiegi fizykalne, dobrane rozważnie i zawsze indywidualnie dla każdej pacjentki, stanowią niezbędne uzupełnienie kinezyterapii.

Należy podkreślić szczególne znaczenie oddziaływania psychologicznego, które stanowi nieodzowny element rehabilitacji onkologicznej. Celem psychoterapii jest wypracowanie pozytywnej postawy wobec ćwiczeń i zabiegów rehabilitacyjnych. Niezwykle ważne jest, aby pacjentki zaadaptowały się do nowej sytuacji, uzyskały stabilizację psychiczną i komfort życia możliwie bliski temu sprzed choroby.

Ważną częścią kompleksowej rehabilitacji jest edukacja zdrowotna obejmująca wyrobienie odpowiednich nawyków warunkujących utrzymanie zdrowia, a także nauka automasażu.

