

REHABILITACJA LECZNICZA ZUS

Narząd ruchu po wypadku



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

Obawiasz się, że utracisz zdolność do pracy? Masz szansę wrócić do zdrowia dzięki rehabilitacji. Sprawdź, czy możesz skorzystać z rehabilitacji leczniczej ZUS.

JAKI JEST CEL REHABILITACJI LECZNICZEJ

Utrzymanie lub przywrócenie zdolności do pracy osób, które:

- w wyniku choroby lub urazu są zagrożone długotrwałą utratą zdolności do pracy,
- mogą utrzymać lub odzyskać zdolność do pracy po przebytej rehabilitacji.

KIEDY MOŻESZ SKORZYSTAĆ Z REHABILITACJI

Możesz skorzystać z rehabilitacji leczniczej ZUS, jeśli spełniasz jeden z poniższych warunków:

- 1) jesteś osobą ubezpieczoną w ZUS (pracujesz zawodowo) i grozi Ci całkowita lub częściowa niezdolność do pracy;
- 2) pobierasz zasiłek chorobowy lub świadczenie rehabilitacyjne;
- 3) pobierasz rentę okresową z tytułu niezdolności do pracy.

JAKIE SCHORZENIA MOŻESZ REHABILITOWAĆ

Profile rehabilitacji	
w systemie stacjonarnym (pobyt całodobowy w ośrodku rehabilitacyjnym)	w systemie ambulatoryjnym (codzienny dojazd na rehabilitację)
<ul style="list-style-type: none">• narząd ruchu• narząd ruchu po wypadku• układ krążenia• układ oddechowy• narząd głosu• psychosomatyka• po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego	<ul style="list-style-type: none">• narząd ruchu• układ krążenia• układ krążenia z możliwością rehabilitacji monitorowanej telemedycznie

REHABILITACJA NARZĄDU RUCHU PO WYPADKU

System rehabilitacji › stacjonarny

Wskazania

- po świeżych urazach układu kostno-stawowego, mięśniowego i tkanki łącznej, szczególnie po wypadkach w pracy;
- po naprawczym leczeniu operacyjnym wczesnych zmian pourazowych;
- po zakończeniu leczenia na oddziale urazowo-ortopedycznym;
- dla osób, które wymagają indywidualnego oraz intensywnego leczenia usprawniającego.

Nie musisz być osobą samodzielną, możesz poruszać się na wózku inwalidzkim lub potrzebować pomocy przy takich czynnościach jak chodzenie czy utrzymanie higieny.

Przeciwwskazania

- stan po złamaniach i zwknięciach patologicznych, jeśli Twoja choroba narządu ruchu przebiega z demineralizacją tkanki kostnej;
- stan po złamaniach i zwknięciach, jeśli chorujesz na nowotwór kości i masz przerzuty nowotworowe do kości;
- aktywny stan zapalny (jeśli masz gorączkę i niegojące się sączące się rany, z dodatnimi posiewami z krwi i rany);
- odleżyny;
- rozległe krwiaki;
- podejrzenie choroby nowotworowej.



Jakie są główne założenia programu rehabilitacji

- **wczesne podjęcie działań rehabilitacyjnych**, żeby zapobiec powikłaniom i nieodwracalnym zmianom pourazowym, a także skrócić okres leczenia i przywrócić zdolność do pracy osobie skierowanej;
- **indywidualny i kompleksowy program rehabilitacji (rodzaj i zakres zabiegów) każdej osoby skierowanej**. Celem programu jest jak najszybszy powrót tej osoby do pracy. Obejmuje on rehabilitację medyczną oraz elementy rehabilitacji społecznej i zawodowej.

Co obejmuje program rehabilitacji

- nadzór lekarzy i fizjoterapeutów nad przebiegiem rehabilitacji,
- całodobową opiekę pielęgniarską i lekarską,
- indywidualny program rehabilitacji realizowany przez 6 dni w tygodniu,
- minimalnie 6 zabiegów leczniczych dziennie od poniedziałku do piątku, w tym 3 sesje indywidualnych ćwiczeń ruchowych,
- 4 zabiegi w soboty, w tym 2 sesje ćwiczeń ruchowych,
- zabiegi fizykoterapeutyczne: ciepłolecznictwo, krioterapię, hydroterapię, elektroterapię, laseroterapię, ultradźwięki, zabiegi polem elektromagnetycznym i magnetycznym oraz masaże lecznicze,
- wsparcie psychologiczne,
- edukację zdrowotną.

Jakie są korzyści z rehabilitacji

- **zdrowotne** – możesz odzyskać lub poprawić sprawność narządu ruchu, a także zapobiec ponownym zmianom w jego obrębie;
- **społeczne** – dzięki poprawie stanu zdrowia możesz w pełni uczestniczyć w życiu społecznym i zawodowym bez obniżenia jakości życia;
- **ekonomiczne** – możesz kontynuować dotychczasowe zatrudnienie lub podjąć inną pracę, co korzystnie wpłynie na Twoją sytuację finansową.

JAKICH DOKUMENTÓW WYMAGAMY

- „Wniosku o rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS” (wzór – formularz PR-4) – musi go wypełnić i podpisać lekarz, który prowadzi Twoje leczenie. Wniosek zawiera Twoje dane identyfikacyjne i kontaktowe, rozpoznanie medyczne oraz rokowanie odzyskania zdolności do pracy po przebytej rehabilitacji leczniczej ZUS;
- dokumentacji medycznej z Twojego leczenia (np. konsultacje lekarskie, karty informacyjne leczenia szpitalnego, badania obrazowe i laboratoryjne).

JAK MOŻESZ OTRZYMAĆ SKIEROWANIE NA REHABILITACJĘ ZUS

Złóż wniosek w formie:

- elektronicznej – w Twoim imieniu składa go lekarz albo
- papierowej – wniosek wypełniony i podpisany przez lekarza – składasz w placówce ZUS lub wysyłasz pocztą.

Lekarz orzecznik ZUS wyda orzeczenie o potrzebie rehabilitacji leczniczej w ramach prewencji rentowej.

Na podstawie prawomocnego orzeczenia wyznaczmy Ci termin i miejsce rehabilitacji.

Wyślemy do Ciebie pocztą „Zawiadomienie o skierowaniu na rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS”.

Orzeczenie o potrzebie rehabilitacji lekarz orzecznik ZUS wydaje:

- na wniosek lekarza prowadzącego leczenie,
- przy kontroli zwolnienia lekarskiego,
- przy ustalaniu uprawnień do świadczenia rehabilitacyjnego,
- przy orzekaniu o niezdolności do pracy do celów rentowych.

WSZYSTKIE PROGRAMY REHABILITACJI ZUS SĄ KOMPLEKSOWE

Uwzględniają fizjoterapię, opiekę psychologiczną, edukację zdrowotną i promocję zdrowia, a także leczenie chorób współistniejących.

Rehabilitację prowadzą w ośrodkach zespoły specjalistów

- lekarze specjaliści w dziedzinie: rehabilitacji, ortopedii i traumatologii, neurologii, reumatologii, kardiologii, pulmonologii, psychiatrii, onkologii, chorób wewnętrznych, laryngologii i foniatrii;
- fizjoterapeuci;
- psychologowie;
- inni specjaliści i terapeuci – właściwi dla poszczególnych profili rehabilitacji.

Turnus rehabilitacyjny

- trwa 24 dni;
- odbywa się w systemie ambulatoryjnym lub stacjonarnym.

Po zakończeniu rehabilitacji otrzymasz informację o przebytej rehabilitacji.

ZUS pokrywa koszty rehabilitacji, które obejmują

- rehabilitację leczniczą,
- zakwaterowanie,
- wyżywienie,
- koszty przejazdu (do i z ośrodka rehabilitacyjnego) najtańszym środkiem komunikacji publicznej z uwzględnieniem przysługującej ulgi na podstawie przedstawionych biletów,
- opłatę uzdrowską.

Więcej informacji znajdziesz na stronie

www.zus.pl/rehabilitacja

Jeśli chcesz zapytać o rehabilitację leczniczą ZUS

- zadzwoń pod numer telefonu: 22 560 16 00 (koszt połączenia wg Twojej umowy z operatorem telekomunikacyjnym),
- napisz e-mail na adres: cot@zus.pl,
- umów się na e-wizytę na stronie <https://www.zus.pl/e-wizyta> lub
- odwiedź naszą placówkę.

Skład: Poligrafia ZUS w Warszawie. Zam. 4177/23