

REHABILITACJA LECZNICZA ZUS

po leczeniu nowotworu
gruczołu piersiowego



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:

- jesteś osobą ubezpieczoną w ZUS (pracujesz zawodowo) i grozi Ci całkowita lub częściowa niezdolność do pracy;
- pobierasz zasiłek chorobowy lub świadczenie rehabilitacyjne;
- 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 głosu• narząd ruchu• narząd ruchu po wypadku• ośrodkowy układ nerwowy• po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego• psychosomatyka• układ krążenia• układ oddechowy	<ul style="list-style-type: none">• narząd ruchu• układ krążenia

Wskazania do rehabilitacji po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego

- dolegliwości po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego,
- obrzęk limfatyczny kończyny górnej,
- ograniczenie ruchomości stawów kończyny górnej.

Wymagana jest zdolność do samodzielnego wykonywania codziennych czynności.



Możesz skorzystać z rehabilitacji po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego:

- 9 miesięcy po ukończeniu leczenia chemioterapeutycznego,
- 9 miesięcy po ukończeniu leczenia radioterapeutycznego,
- 9 miesięcy po zabiegu operacyjnym w przypadku ukończenia leczenia radioterapeutycznego,
- 12 miesięcy po zabiegu operacyjnym w przypadku ukończenia leczenia chemioterapeutycznego i radioterapeutycznego,
- jeżeli jesteś w dobrym stanie ogólnym, a Twoje rany pooperacyjne są wygojone.

Przeciwwskazania

- zaawansowana choroba nowotworowa,
- niezamierzony ubytek masy ciała powyżej 35%,
- nieprawidłowości w badaniach laboratoryjnych: znaczna niedokrwistość, małopłytkowość, neutropenia,
- stan ogólny wymagający stałej opieki innej osoby.

Jakie są główne założenia programu rehabilitacji

- promowanie zdrowego stylu życia,
 - indywidualny i kompleksowy program rehabilitacji.
- Jego celem jest Twój jak najszybszy powrót do pracy.

Co obejmuje program rehabilitacji

- nadzór lekarzy i fizjoterapeutów nad przebiegiem rehabilitacji,
- indywidualny program rehabilitacji realizowany przez 6 dni w tygodniu,
- ćwiczenia ruchowe, które wspierają leczenie następstw leczenia onkologicznego,
- masaż limfatyczny kończyny górnej,
- naukę automasażu limfatycznego kończyny górnej,
- całodobową opiekę medyczną,
- wsparcie psychologiczne, w tym indywidualne spotkania z psychologiem, grupy wsparcia, treningi relaksacyjne,
- edukację zdrowotną.

Jakie są korzyści z rehabilitacji

- szybciej wrócisz do zdrowia i odzyskasz zdolność do pracy po leczeniu onkologicznym,
- zmniejszy się ból i inne następstwa choroby oraz zastosowanego leczenia,
- poprawi się Twoja sprawność fizyczna, co umożliwi Ci większą swobodę w codziennych aktywnościach,
- dowiesz się więcej o swojej chorobie i poznasz zasady dalszego postępowania
- poczujesz, że masz większą kontrolę nad swoim życiem i codziennym funkcjonowaniem.



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 rehabilitacji medycznej lub onkologii klinicznej,
- fizjoterapeuci,
- masażyści,
- psycholog,
- pielęgniarki.

Turnus rehabilitacyjny

- trwa 24 dni;
- odbywa się **w systemie 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. 510/26