

REHABILITACJA LECZNICZA ZUS

Narząd głosu



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 narządu głosu

- zaburzenia głosu, w tym dysfonia i chrypka, dysfonia i utrata głosu, wysoki i niski dźwięk mowy,
- psychogenne zaburzenia głosu,
- guzki głosowe miękkie,
- przewlekłe zapalenie krtani.

Wymagana jest zdolność do samodzielnego wykonywania codziennych czynności.

Przeciwwskazania

- porażenie nerwu krtaniowego wstecznego,
- brodawczaki krtani,
- poważne zmiany zapalne górnych dróg oddechowych,
- poważne schorzenia alergiczne,
- trwała niewydolność głośni,
- guzki głosowe twarde,
- polipy fałdów głosowych,
- niedostuch,
- niewydolność podniebienneo-gardłowa znacznego stopnia.



Jakie są główne założenia programu rehabilitacji

- edukacja na temat procesu tworzenia głosu,
- wypracowanie świadomości tworzenia głosu,
- wypracowanie i wyćwiczenie kontroli własnego głosu,
- umiejętność wykorzystywania głosu w warunkach nadmiernego narażenia na wysiłek głosowy,
- znajomość zasad higieny głosu,
- wypracowanie mechanizmów prawidłowej emisji głosu (postawy, czynności oddechowej, fonacyjnej i artykulacyjnej).

Co obejmuje program rehabilitacji

- nadzór lekarzy i fizjoterapeutów nad przebiegiem rehabilitacji,
- szczegółową diagnostykę foniatryczną przed rozpoczęciem rehabilitacji,
- indywidualny program rehabilitacji realizowany przez 6 dni w tygodniu,
- ćwiczenia emisji głosu,
- zajęcia z logopedą – indywidualne i grupowe,
- terapię manualną narządu głosu,
- fizykoterapię – inhalacje, elektryzację krtani, jonoforezę,
- gimnastykę – korygowanie postawy, ćwiczenia mięśni szyi, kręgosłupa szyjnego, obręczy barkowej, naukę przeponowego toru oddychania,
- całodobową opiekę medyczną,
- wsparcie psychologiczne, w tym zajęcia indywidualne i grupowe, treningi relaksacyjne,
- edukację zdrowotną.

Jakie są korzyści z rehabilitacji

- poprawi się sprawność aparatu mowy, co zwiększy jego wydolność,
- poprawi się jakość głosu – jego czystość i siła, zmniejszy się chryпка i zmęczenie głosu,
- nauczysz się zasad higieny i prawidłowej emisji głosu, co pomaga w uniknięciu nawrotów problemów z głosem w przyszłości,
- poprawi się Twoja zdolność do pracy w warunkach dużego obciążenia głosu,
- 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 foniatrii lub audiologii i foniatrii, lub otolaryngologii,
- logopedzi,
- fizjoterapeuci,
- psycholog,
- technik medyczny do badań słuchu, głosu i mowy,
- 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. 507/26