

REHABILITACJA LECZNICZA ZUS

Narząd ruchu



ZUS

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 ruchu

- choroby kręgosłupa – jeżeli powodują lub mogą spowodować długotrwałą niezdolność do pracy;
- przewlekły ból i ograniczenie ruchomości z powodu chorób stawów – jeżeli powodują lub mogą spowodować długotrwałą niezdolność do pracy;
- przebyte urazy kości, stawów, mięśni, tkanki łącznej.

Wymagana jest zdolność do samodzielnego wykonywania codziennych czynności.

Samodzielne poruszanie się na wózku inwalidzkim lub korzystanie ze sprzętu ortopedycznego nie stanowi przeciwwskazania do rehabilitacji – wszystkie ośrodki, z którymi współpracujemy, są przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.



Przeciwwskazania

Złamania i zwichnięcia patologiczne w przebiegu:

- chorób układowych narządu ruchu z demineralizacją tkanki kostnej,
- nowotworów kości i przerzutów nowotworowych do kości.

Jakie są główne założenia programu rehabilitacji

- **wczesne podjęcie działań rehabilitacyjnych** ogranicza negatywne skutki urazów narządu ruchu i zabiegów operacyjnych lub artroskopowych;
- **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 realizowany przez 6 dni w tygodniu,
- ćwiczenia indywidualne i grupowe,
- zabiegi fizykoterapeutyczne, np.: ciepłolecznictwo, krioterapia, hydroterapia, elektroterapia, laseroterapia, ultradźwięki, zabiegi polem magnetycznym oraz masaże lecznicze,
- całodobową opiekę medyczną,
- wsparcie psychologiczne,
- edukację zdrowotną.

Jakie są korzyści z rehabilitacji

- odzyskasz lub poprawisz sprawność ruchową, dzięki czemu łatwiej będzie Ci się poruszać i działać samodzielnie,
- zmniejszysz ryzyko ponownych urazów lub pogorszenia stanu zdrowia,
- złagodzisz ból, szczególnie kręgosłupa i stawów,
- poprawisz swój ogólny stan zdrowia, co pozwoli Ci aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym i wrócić do pracy czy podjąć nowe zatrudnienie,
- 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 ortopedii i traumatologii, lub neurologii, lub reumatologii,
- fizjoterapeuci,
- masażyści,
- psycholog,
- pielęgniarki.

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 podczas turnusu stacjonarnego,
- 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. 508/26