



REUMAFOORUM 2020

Töö seljavaluga

07.10.2020, Tallinn



Eesti Reumatoloogia Selts
Estonian Society for Rheumatology



MEDITSIINI-
KONVERENTSID

Alaseljavaluga rehabilitatsioonisüsteemis. Töökoha kohandamine



INGRID PÕLDEMAA
juhatuse esimees

Taustainfo



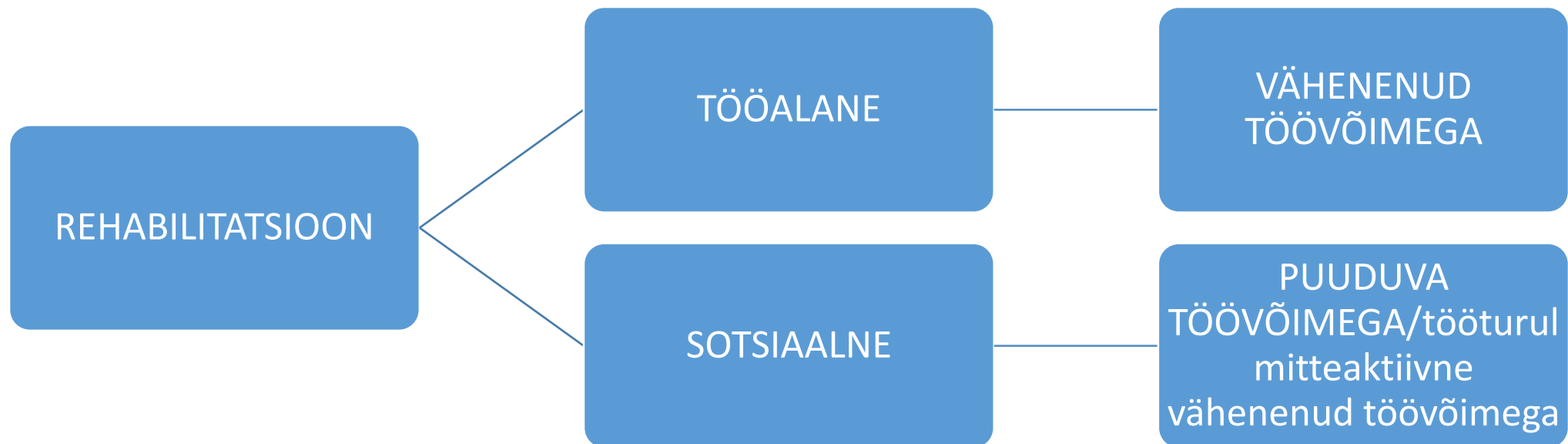
- Euroopa Liidus on rohkem kui **120 miljonit** inimest (iga neljas kodanik), kellel on reumaatiline ehk luu-, liigese-, lihase- ja sidekoehaigus või vaskuliit e. veresoonepõletik
- Euroopa Liidus võiks iga päev töötada veel **miljon inimest**, kui varajane sekkumine oleks nimetatud haigustega inimestele laialdasemalt ligipääsetav.
- Reumaatilised haigused on **peamine kutsehaigus**, moodustades 38% kõigist kutsehaigustest ning põhjustades umbes 60% kõigist töökohas esinevatest terviseprobleemidest.

Nii lihtne see ongi...



- Lihtne töökohtade kohandamine ja paindlik tööaeg aitavad reumaatiliste haigustega inimestel töötada ja tööle jääda.
- Reumaatiliste haigustega töötajate toetamise meetmed teevad tavaliselt töötamise kergemaks ning töökoha ohutumaks ja kõigile töötajatele ligipääsetavamaks.
- Paljud töökohtade kohandamise viisid on rakendatavad lihtsalt ja madalate kuludega.

REHABILITATSIOON



TÖÖALANE REHABILITATSIOON

Töölase rehabilitatsiooni eesmärgiks on vähenenud töövõimega inimese:

tööeluks ettevalmistamine,

tema tööle asumise või töötamise toetamine.



TÖÖALANE REHABILITATSIOON – kellele?

Sihtrühmaks on tööelised (st vanuses 16 kuni vanaduspensioniniiga) **vähenenud töövõimega inimesed**, kellel on puue või püsiv töövõimetus või osaline töövõime ning kes on **hõivatud** (töötajad, õppijad, ettevõtjad) või otsivad tööd (on registreeritud töötud).

Teenuste maht kuni **1800** eurot kalendriaastas.

Sõidu- ja majutustoetus kuni 26 eurot/päev (10 senti /km)



Miks?

- parandada liikumisoskusi või kõnet,
 - õppida kasutama abivahendeid,
 - lahendada psühholoogilisi probleeme,
 - leida motivatsiooni ja suurendada enesekindlust,
 - õppida puude või haigusega igapäevaselt toime tulema
-
- (vähemalt 2-3 spetsialisti)



võimalikud teenused:

- füsioteraapia
- tegevusteraapia ja -nõustamine
- loovteraapia
- logopeediline abi
- eripedagoogiline abi
- kogemusnõustamine
- psühholoogiline nõustamine
- õenduslane nõustamine
- sotsiaalnõustamine
- arsti (sh psühhiaatri) nõustamine



Teenuse kitsaskohad:

- Ebaselge ja mitmekordne kinnitusprotseduur;
- Majutuse ja transpordikulud tuleb tasuda ette (tagastus u 1,5 kuu jooksul);
- Teenusepakkujad käsitlevad erinevalt teenuse korraldust ja hinnad erinevad;
- Omaosalus suur ja sõltub firmast (majutus ja toitlustus päeva kohta 33-50 eurot);
- Tegevuskava hindamine toimub peale teenuse lõppemist kirjalikult ning kes hindab eesmärgi täitmist?



Teenuse plussid:

- Terviklik lähenemine
- Suurem teenuste maht
- Võimalus valida teenuse pakkuja
- Võimalus valida majutus ja transport
- Väiksem aruandlus teenuse saajale



SOTSIAALNE REHABILITATSIOON

Sotsiaalne rehabilitatsioon on mõeldud kõigile puudega või osalise või puuduva töövõimega inimestele, kes vajavad igapäevases elus abi puudest või erivajadusest tulenevate piirangutega toimetulekuks

- programm (sarnased terviseprobleemid)
- Tegevuskava (hindaja koostab, kergemad probleemid)
- Rehabilitatsioonikava (keerukamad probleemid)



SOTSIAALNE REHABILITATSIOON

Sotsiaalne rehabilitatsioon on mõeldud kõigile puudega või osalise või puuduva töövõimega inimestele, kes vajavad igapäevases elus abi puudest või erivajadusest tulenevate piirangutega toimetulekuks

- programm (sarnased terviseprobleemid)
- Tegevuskava (hindaja koostab, kergemad probleemid)
- Rehabilitatsioonikava (keerukamad probleemid)



REHABILITATSIOON VÕI TAASTUSRAVI



TAASTUSRAVI
(aktiivravi osa – tervise
taastamine)

**AJUTINE TÖÖVÕIMETUSLEHT
VÕIMALIK**

HAIGEKASSA EELARVE

REHABILITATSIOON
(töövõime säilitamine, tööle saamine)

PUHKUSE ARVELT

**TÖÖTUKASSA VÕI
SOTSIAALKINDLUSTUSE
EELARVE**

TÖÖKOHA KOHANDAMINE:

Tööandja peab tagama töötaja töökoha ja -vahendite vastavuse töökeskkonna ja -ohutuse nõuetele.

Kui töötaja töökeskkond ja -vahendid vastavad nõuetele, kuid vähenenud töövõimega töötajale sobiva töökeskkonna loomine **põhjustab tööandjale olulisi lisakulutusi**, kaalub töötukassa töökoha kohandamise kulu hüvitamist mõistlikkuse põhimõttest lähtudes.

Tööandjale on võimalik hüvitada **50-100%** vähenenud töövõimega inimese töökoha kohandamise kulust.



TÖÖKOHA KOHANDAMISE NÄITED:



- kaldtee ehitamine hoonele;
- trepitõstuki või lifti paigaldamine;
- sissepääsude avamismehhanismide automatiseerimine;
- ukseavade laiendamine ja lävepakkude tasandamine;
- töötasapindade kõrguse muutmine;
- lambilülitite madalamale toomine;
- sisekujunduses kasutatud värvilahenduste muutmine nägemispuudega inimesele tajutavaks jms.

Kokkuvõtteks



**Töötavale inimesele on rehabilitatsiooniteenused
raskesti kättesaadavad**

**Abi ja toetuse saamiseks peab olema vähenenud
töövõime või puue**

**Tööga seotud kutsehaiguste ennetamine on seeläbi
tagaplaanil**

Töö on oluline osa tervisest



reumaatiliste haigustega inimeste aktiivsena püsimine on kasulik nii nende füüsilisele kui vaimsele tervisele, mis omakorda tähendab väiksemat tervishoiuteenuste kasutamise vajadust.

TÄNAN!

