

Rehabilitacja lecznicza w ramach prewencji rentowej ZUS



informacja dla lekarza



ZAKŁAD
UBEZPIECZEŃ
SPOŁECZNYCH

Spis treści

Jaki jest cel rehabilitacji leczniczej ZUS	3
Kto może skorzystać z rehabilitacji	3
Jak kierujemy na rehabilitację ZUS	3
Jak wystawić i złożyć wniosek o rehabilitację	4
Jak złożyć elektroniczny wniosek o rehabilitację	5
Jakie schorzenia rehabilitujemy	5
Co warto wiedzieć o każdym profilu	6
Narząd ruchu	6
Narząd ruchu po wypadku	7
Układ krążenia	8
Układ oddechowy	8
Psychośomatyka	9
Po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego	10
Narząd głosu	10
Ośrodkowy układ nerwowy	11
Kompleksowe programy rehabilitacji ZUS	11
Zespoły specjalistów	11
Turnus rehabilitacyjny	12
Koszty rehabilitacji	12

Czy Twojemu pacjentowi grozi długotrwała utrata zdolności do pracy albo już ją utracił? Może ma szansę wrócić do zdrowia i do pracy dzięki rehabilitacji? Sprawdź, czy Twój pacjent może skorzystać z rehabilitacji leczniczej ZUS.

Jaki jest cel rehabilitacji leczniczej ZUS

Rehabilitacja lecznicza ma utrzymać lub przywrócić zdolność do pracy osób, które:

- w wyniku choroby lub urazu długotrwale utraciły zdolność do pracy, ale roszą, że ją odzyskają po rehabilitacji, albo
- są zagrożone długotrwałą utratą zdolności do pracy i roszą, że ją zachowają po rehabilitacji.

Kto może skorzystać z rehabilitacji

Z rehabilitacji leczniczej może skorzystać osoba, która spełnia jeden z poniższych warunków:

- jest ubezpieczona w ZUS (pracuje zawodowo) i grozi jest całkowita lub częściowa długotrwała niezdolność do pracy;
- jest uprawniona do zasiłku chorobowego lub świadczenia rehabilitacyjnego;
- pobiera rentę okresową z tytułu niezdolności do pracy.

Ważne!

Na rehabilitację możesz skierować osobę, która ma szansę na odzyskanie lub utrzymanie zdolności do pracy po rehabilitacji.

Jak kierujemy na rehabilitację ZUS

Podstawą skierowania na rehabilitację jest orzeczenie o potrzebie rehabilitacji leczniczej, które 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.

Na podstawie prawomocnego orzeczenia wyznaczamy termin i miejsce rehabilitacji oraz wysyłamy do osoby skierowanej „Zawiadomienie o skierowaniu na rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS”.

Jak wystawić i złożyć wniosek o rehabilitację

Jeśli masz prawo wykonywania zawodu lekarza, możesz wystawić wniosek w każdej placówce medycznej, również w ramach prywatnej praktyki lekarskiej.

Ważne!

Nie kieruj na rehabilitację osób, które nie stosują się do zaleceń lekarskich lub nie przyjmują przepisanych leków.

Przygotowaliśmy wzór wniosku – formularz **PR-4 – „Wniosek o rehabilitację leczniczą w ramach prewencji rentowej ZUS”**.

Wniosek musi zawierać:

- dane identyfikacyjne i kontaktowe pacjenta,
- rozpoznanie medyczne oraz
- rokowanie co do odzyskania zdolności do pracy po przebytej rehabilitacji leczniczej ZUS.

Nie zapomnij podpisać wniosku.

Ważne!

Lekarz orzecznik ZUS może wymagać od Ciebie, abyś udostępnił mu dokumentację medyczną osoby, której wniosek dotyczy, lub udzielił wyjaśnień i informacji w sprawie.

Wniosek możesz wystawić i złożyć na dwa sposoby:

■ w postaci wydrukowanego dokumentu

Przekazujesz pacjentowi wypełniony i podpisany wniosek. Pacjent składa go osobiście w placówce ZUS lub przesyła do ZUS pocztą.

■ elektronicznie

Wypełniasz i wysyłasz wniosek, korzystając z:

- Platformy Usług Elektronicznych PUE/eZUS,
- aplikacji mobilnej mZUS dla Lekarza,
- aplikacji gabinetowej.



Jak złożyć elektroniczny wniosek o rehabilitację

Wniosek w formie elektronicznej możesz złożyć zarówno w trakcie wystawiania elektronicznego zwolnienia lekarskiego (e-ZLA), jak i bez konieczności wystawiania zwolnienia.

Gdy wystawiasz e-ZLA dla określonej jednostki chorobowej, pojawi się komunikat z pytaniem, czy chcesz skierować pacjenta na rehabilitację. Jeśli potwierdzisz taki zamiar, otworzy się formularz ZUS PR-4 z danymi pacjenta. Możesz teraz wypełnić formularz. Zanim go wyślesz, potwierdź z pacjentem, że jego dane są poprawne. Wniosek możesz wysłać do ZUS wraz z załącznikami, które potwierdzają jego zasadność.

Gdy nie wystawiasz e-ZLA albo gdy nie pojawił się komunikat przy wystawianiu e-ZLA, wypełnij wniosek PR-4. Potwierdź z pacjentem, że jego dane we wniosku są poprawne. Dane Twojej placówki medycznej uzupełnią się automatycznie. Wniosek możesz wysłać do ZUS wraz z załącznikami, które potwierdzają jego zasadność.

Jakie schorzenia rehabilitujemy

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▪ ośrodkowy układ nerwowy	<ul style="list-style-type: none">▪ narząd ruchu▪ układ krążenia▪ układ krążenia z możliwością rehabilitacji monitorowanej telemedycznie▪ ośrodkowy układ nerwowy

Istnieją ogólne wskazania i przeciwwskazania do rehabilitacji, które musisz wziąć pod uwagę ze względu na bezpieczeństwo pacjenta. Każdy profil rehabilitacji ma dodatkowo swoją specyfikę w tym zakresie.

Ogólne przeciwwskazania do rehabilitacji:

- zaawansowane choroby nowotworowe;
- ciężkie stany ogólnoustrojowe, np. niewydolność narządów (serca, nerek, wątroby);
- ostre stany zapalne lub zakażenia (gorączka, sepsa, ropnie);
- świeży zawał serca (przed stabilizacją);
- niekontrolowane nadciśnienie tętnicze;
- zagrażające życiu zaburzenia rytmu serca;
- ostra faza zakrzepicy lub zatorowości;
- aktywna gruźlica;
- ostre fazy chorób neurologicznych;
- ciężkie zaburzenia świadomości;
- choroby zakaźne w fazie ostrej (np. grypa, COVID-19, WZW);
- zaburzenia psychiczne uniemożliwiające współpracę z personelem ośrodka rehabilitacyjnego;
- czynne uzależnienie od alkoholu, substancji psychoaktywnych i leków;
- brak zgody pacjenta;
- brak wskazań medycznych.

Co warto wiedzieć o każdym profilu

Jako lekarz decydujesz o tym, czy skierować pacjenta na rehabilitację leczniczą określonego schorzenia. Zobacz, jakie są wskazania i przeciwwskazania do rehabilitacji leczniczej w ramach każdego profilu. Zwróć uwagę, w jakim stopniu pacjent, którego kierujesz na rehabilitację, jest samodzielny.

Pacjent powinien być zdolny do samodzielnego wykonywania codziennych czynności.

Jeśli samodzielnie porusza się na wózku inwalidzkim lub korzysta ze sprzętu ortopedycznego, nie stanowi to przeciwwskazania do rehabilitacji. Ośrodki rehabilitacyjne są przystosowane do potrzeb osób z niepełnosprawnościami.

Narząd ruchu

Wskazania:

- choroby kręgosłupa – jeżeli są przyczyną długotrwałej nieobecności w pracy lub jest ryzyko, że spowodują taką nieobecność;
- przebyte urazy kości, stawów, mięśni, tkanki łącznej;

- przewlekły ból i ograniczenie ruchomości z powodu chorób zwyrodnieniowych stawów i artropatii
 - jeżeli jest przyczyną długotrwałej nieobecności w pracy lub jeśli jest ryzyko, że spowoduje taką nieobecność.

Przeciwwskazania:

- złamania i zwichnięcia patologiczne w przebiegu:
 - chorób układowych narządu ruchu z demineralizacją tkanki kostnej;
 - nowotworów kości i przerzutów nowotworowych do kości.

Narząd ruchu po wypadku

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 w oddziale urazowo-ortopedycznym;
- dla osób, które wymagają indywidualnego oraz intensywnego leczenia usprawniającego.

Pacjent, którego kierujesz na rehabilitację narządu ruchu po wypadku, nie musi być samodzielny. Może poruszać się na wózku inwalidzkim lub potrzebować pomocy przy wykonywaniu codziennych czynności.

Przeciwwskazania:

- stan po złamaniach i zwichnięciach patologicznych, jeśli choroba narządu ruchu przebiega z demineralizacją tkanki kostnej;
- stan po złamaniach i zwichnięciach przy nowotworze kości i przerzutach nowotworowych do kości;
- aktywny stan zapalny (gorączka i nieogojące się, sączące się rany, z dodatnimi posiewami z krwi i rany);
- odleżyny trzeciego i wyższego stopnia wg skali Torrance'a;
- rozległe krwaki;
- podejrzenie choroby nowotworowej.



Układ krążenia

Wskazania:

- przewlekła choroba wieńcowa serca,
- przebyty zawał serca,
- przebyte zabiegi angioplastyki wieńcowej połączonej z implantacją stentu,
- stan po operacji kardiologicznej,
- niewydolność serca,
- nadciśnienie tętnicze,
- wady zastawkowe po leczeniu chirurgicznym,
- korzystanie z wszczepialnego urządzenia do utrzymania prawidłowego rytmu serca.

Przeciwwskazania:

- tętniak aorty,
- niewyrównana niewydolność serca,
- wady zastawkowe wymagające korekcji chirurgicznej,
- oporna na leczenie tachykardia zatokowa powyżej $>100/\text{min}$,
- kardiomiopatia przerostowa z istotnym zawężaniem drogi odpływu lewej komory,
- niekontrolowane zaburzenia rytmu serca, brak ustalonego leczenia arytmii,
- do 6 tygodni po wszczepieniu kardiowertera-defibrylatora (ICD),
- przed planowanym zabiegiem ablacji.



Układ oddechowy

Wskazania:

- dychawica oskrzelowa (astma),
- pylice,
- przewlekła obturacyjna choroba płuc,
- mukowiscydoza,
- śródmiąższowa choroba płuc,
- nadciśnienie płucne,
- rozstrzenie oskrzeli,



- następstwa przebytego COVID-19 ze strony układu oddechowego,
- stan przed operacją lub po operacji płuca albo przeszczepie płuca,
- przewlekłe zapalenie krtani i tchawicy.

Przeciwwskazania:

- choroby układu oddechowego z objawami niewydolności krążenia i zaawansowanej niewydolności oddechowej,
- ciężkie nadciśnienie płucne,
- gruźlica płuc,
- zaawansowana pylica,
- astma oskrzelowa wymagająca hospitalizacji,
- rozstrzenie oskrzeli z obfitą wydzieliną i towarzyszącym zapaleniem,
- stany przebiegające z krwiotłuciem i po niedawno przebytych krwotokach.

Psychosomatyka

Wskazania:

- zaburzenia nastroju (afektywne),
- zaburzenia lękowe (nerwicowe),
- zaburzenia psychosomatyczne – objawy fizyczne wynikające z przewlekłego stresu i napięcia,
- zaburzenia behawioralne.

Przeciwwskazania:

- zaburzenia psychiczne ze zmianami w ośrodkowym układzie nerwowym,
- aktywne uzależnienie od alkoholu, leków i substancji psychoaktywnych,
- zaburzenia osobowości (osobowość paranoiczna, dysocjacyjna),
- zaburzenia psychotyczne,
- stany, w których występują myśli lub tendencje samobójcze,
- znaczny stopień niepełnosprawności intelektualnej.



Po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego

Wskazania:

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

Z rehabilitacji po leczeniu nowotworu gruczołu piersiowego można skorzystać:

- 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 osoba jest w dobrym stanie ogólnym, a rany pooperacyjne są wygojone.

Przeciwwskazania:

- zaawansowana choroba nowotworowa,
- niezamierzony ubytek masy ciała powyżej 35%,
- istotne klinicznie nieprawidłowości w badaniach laboratoryjnych: niedokrwistość, małopłytkowość, neutropenia.

Narząd głosu

Wskazania:

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

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,
- niedosłuch,
- niewydolność podniebienneo-gardłowa znacznego stopnia.

Ośrodkowy układ nerwowy

Wskazania:

- stwardnienie rozsiane,
- udary mózgu,
- urazy czaszkowo-mózgowe,
- stany po operacjach łagodnych zmian (łagodnych guzów) śródczaszkowych,
- zapalenie mózgu, rdzenia kręgowego,
- choroba Parkinsona.

Przeciwwskazania:

- brak pomyslnego rokowania co do utrzymania lub powrotu zdolności do pracy,
- pacjent nie przemieszcza się samodzielnie,
- pacjent nie komunikuje się skutecznie z otoczeniem.



Kompleksowe programy rehabilitacji ZUS

Programy rehabilitacji ZUS są kompleksowe. Obejmują one fizjoterapię, wsparcie psychologa, edukację zdrowotną i promocję zdrowia, a także leczenie chorób współistniejących.

Zespoły specjalistów

Rehabilitację w ośrodkach prowadzą:

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

Turnus rehabilitacyjny

Turnus rehabilitacyjny ZUS:

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

Po zakończeniu rehabilitacji osoba skierowana otrzymuje **informację o przebytej rehabilitacji**. Przygotowuje ją lekarz, który prowadzi rehabilitację w ośrodku rehabilitacyjnym.

Koszty rehabilitacji

ZUS pokrywa koszty rehabilitacji, które obejmują:

- rehabilitację leczniczą,
- zakwaterowanie osób skierowanych,
- wyżywienie,
- koszty przejazdu (do i z ośrodka rehabilitacyjnego) najtańszym środkiem komunikacji publicznej z uwzględnieniem przysługującej ulgi,
- opłatę uzdrowskową.

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.