

Dokumentet är utarbetat av FÖRKOM, Stockholms läns landstings försäkringsmedicinska kommitté

Till dig som har en anställd som blivit sjukskriven

Att vara sjukskriven och borta från arbetsplatsen kan ha effekter som inte är gynnsamma för återhämtning och arbetsåtergång. Det kan leda till att man missar viktig information, tappar samvaron med arbetskamrater och inte känner sig efterfrågad och behövd. På sikt kan detta ge upphov till omotiverade skamkänslor och oro för att vara till besvär för arbetsgivare och arbetskamrater. Medarbetaren kan då dra sig undan och känna sig osäker i sin yrkesidentitet. Allt detta sammantaget kan ge en känsla av kontrollförlust som gör att den som är sjukskriven mår sämre. En avsaknad av konkret planering för hur den anställda ska komma tillbaka till arbetet kan också påverka sjukdomsförloppet negativt.

Här följer några saker som kan underlätta för din medarbetare att komma tillbaka till arbetet:

- Tänk på de möjligheter som finns att prova arbetsanpassningar och tillfälliga arbetsuppgifter under sjuklöneperioden.
- Stötta den som är heltidssjukskriven att hålla kontakt med arbetsplatsen. Bjud in till arbetsplatsmöten, en fika eller att äta lunch tillsammans.
- Det är viktigt att förmedla att medarbetaren är efterfrågad på arbetsplatsen, samt att denne inte behöver känna sig "helt frisk" innan återgång till deltidsarbete.
- Informera gärna om vem som tagit över arbetsuppgifterna.
- När ni diskuterar anpassning av arbetsuppgifter, börja med att gå igenom det som medarbetaren skulle klara av trots sin sjukdom innan ni går in på sådant som är svårt att göra.
- Undvik att fastna i beskrivningar av det som är stressigt och svårt på arbetsplatsen.
- Gå tillsammans igenom vilka arbetsuppgifter som är lämpliga att börja med efter sjukskrivningen.
- Följ upp om sjukskrivande läkare har rekommenderat kontakt med Företagshälsovården.
- Tänk på att rehabiliteringen kan behöva fortsätta även efter att sjukskrivningen är avslutad.

Dokumentet har utarbetats av FÖRKOM, Stockholms läns landstings försäkringsmedicinska kommitté

Några viktiga punkter att tänka på:

- Försäkringskassans blankett är inte anpassad för de behov en arbetsgivare kan tänkas ha. Fråga din sjukskrivna medarbetare om du kan ta kontakt med vårdgivaren eller föreslå ett gemensamt möte, om du önskar mer information.
- Vid sjukskrivning ska läkaren bedöma hur sjukdomen påverkar förmågan i den aktuella arbetssituationen. Därför behöver vården konkret information om vilka arbetsuppgifter som ingår i den anställdes uppdrag. Gör gärna en lista som den anställda kan ta med vid nästa läkarbesök.
- Vården har stor nytta av att veta vilka arbetsanpassningar som genomförts och vilka ytterligare möjligheter som finns gällande arbetsuppgifter och arbetstider.
- Informera gärna om de kollektivavtal och försäkringar som gäller vid sjukdom för den aktuella anställningen.
- Vid förläggning av arbetstiden under deltidssjukskrivning – tänk på att Försäkringskassans regler säger att arbetstiden ska förkortas lika mycket samtliga arbetsdagar under veckan. Avsteg från detta kräver en medicinsk motivering från sjukskrivande läkare.

Denna information har utarbetats av FÖRKOM för att sjukvården och arbetsgivarna nu uppmuntras till tidig kontakt. Målet är att undvika onödigt långa sjukskrivningar och hjälpa den som blivit sjukskriven att återgå i arbete på ett bra sätt.

FÖRKOM, Stockholms läns landstings försäkringsmedicinska kommitté

Plats för eventuella meddelanden från vården

Kontaktuppgifter behandlare/läkare/rehabiliteringskoordinator el liknande

.....

Kontakt med företagshälsovård rekommenderas

Planeringsmöte önskas

Övrigt.....