



Sairauslomalleko? (Sairauspoissaolon tarpeen arviointi)

27.9.2019

Sairauspoissaolon eli sairausloman tarkoituksena on tukea hoitoa ja edistää sairaudesta tai vammasta toipumista.

Sairauspoissaolon perusteena tulee aina olla **diagnosoitu tai todennäköinen sairaus tai vamma**, joka heikentää työkykyä.

Lääkärin arvio sairauspoissaolon tarpeesta, kestosta ja hoidosta perustuu aina tutkimuksiin, konkreettisiin sairauden tai vamman löydöksiin ja vaatii diagnoosin.

Poissaolon tarve on hyvin erilainen riippuen siitä, millaista työtä potilas tekee. Arvioinnissa lääkäri ottaa huomioon sekä työn fyysisen että henkisen kuormituksen.

Arvioidessaan sairauspoissaolon pituutta lääkärin tulee keskustella potilaan kanssa myös työn kuormittavuudesta ja potilaan kokonaistilanteesta.

Potilaan kokonaistilanteeseen vaikuttavia tekijöitä ovat potilaan muut sairaudet, ikä, fyysinen kunto ja elämäntilanne.

Myös potilaan sairauteen liittyvistä peloista ja huolista tulee keskustella.

Keskustelun tavoitteena on löytää potilaan toipumisen kannalta parhaat ratkaisut.

Kuntoutussuunnitelma on tärkeä osa lääkärin arviota erityisesti silloin, kun sairaus pitkittyy.

Toimeentulo sairauspoissaolon aikana

Kun lääkäri kirjoittaa todistuksen sairauslomasta, sen perusteella työpaikoilla ja sosiaalivakuutuksessa arvioidaan perusteet maksaa sairausajan palkkaa, sairauspäivärahaa tai sosiaaliturvaetuutta näitä koskevien säädösten mukaan.

Todistuksen kirjoittava lääkäri ei päättää palkan tai sairauspäivärahan maksusta.

Sairauslomaa kirjoitetaan siksi ajaksi, kun potilaan toipuminen työkykyiseksi todennäköisesti kestää. Sairauslomaa ei voida koskaan kirjoittaa alkavaksi vasta tulevaisuudessa.

Lähtökohtana potilaan työkyvyn arviointi

Lähtökohtana on aina potilaan työkyvyn arviointi. Tällä tarkoitetaan sairauden aikana alentuneen toimintakyvyn vertaamista siihen toimintakykyyn, jota potilaan työssä tarvitaan.

Työterveyshuolto avainasemassa sairausloman pitkittyessä

Jos sairausloma pitkittyy, työntekijän työterveyshuolto on avainasemassa, sillä siellä tunnetaan parhaiten työntekijän työn luonne ja vaativuus. Työterveyshuolto selvittää myös muita mahdollisuuksia, joiden avulla työntekijä voi jatkaa työssään. Tällaisia ovat työn muokkaaminen, osasairauspäiväraha, työkokeilu tai kuntoutus.

Joskus levosta on enemmän haittaa kuin hyötyä

Sairausloma mahdollistaa työn aiheuttaman rasituksen poistamisen, mutta tarpeeton lepo voi hidastaa toipumista.



Esimerkiksi selkäpotilaan toipumisessa on nykyisten käytäntöjen mukaan liikkuminen kohtuullisesta kivusta huolimatta lepoakin parempi vaihtoehto.

Lääkärin kirjoittamalle sairauslomalle on lääketieteelliset perusteet, ja sen tarkoitus on tukea toipumista. Tämän vuoksi sairausloman käyttämättä jättäminen saattaa hidastaa tai vaarantaa toipumista.

Työhönpaluu on osa toipumista

Monissa tuki- ja liikuntaelinsairauksissa, pitkittyvissä kiputiloissa ja mielenterveyden häiriöissä on huomattu, että tuettu työhön paluu on usein tärkeä osa hoitoa ja kuntoutumista. Esimerkiksi jos ahdistunut ihminen jää pitkälle sairauslomalle, hänen sosiaalisten tilanteiden pelkonsa voi jopa pahentua.

Lait, säädökset ja sopimukset

Lainsäädännössä on useita lakeja, jotka koskevat sairauslomaa: [sairausvakuutuslaki](#), [työtapaturma- ja ammattitautilaki](#) ja [työsopimuslaki](#).

[Työehtosopimuksissa](#) sovitaan erikseen ammattiryhmäkohtaisia käytäntöjä.

Työpaikan omat käytännöt

Nykyään varsin monilla työpaikoilla on sovittuja käytäntöjä, kuten **omailmoituskäytäntö**. Tällä tarkoitetaan sitä, että jos kyseessä on lyhyt sairauspoissaolo, vaikkapa flunssa tai mahatauti, työnantaja hyväksyy työntekijän itsensä ilmoittaman sairauspoissaolon eikä lääkärintodistusta tarvita. Tämä vähentää sekä turhia lääkärissä käyntejä että säästää aikaa, vaivaa ja rahaa.

Tavoitteena on, että kaikilla työpaikoilla olisi nykyään käytössä ns. **varhaisen tuen malli**,

jota kutsutaan myös varhaisen välittämisen tai varhainen puheeksi ottamisen malliksi. Tavoitteena on tukea työkykyä ja ehkäistä työkyvyttömyyttä.

Varhaisen tuen mallista sovitaan työpaikalla yhdessä eri tahojen eli työnantajan, työntekijöiden, työsuojeluhenkilöiden, luottamusmiesten ja työterveyshuollon kesken.

Tekijät

Potilasversion tekstin on Lääkäriseura Duodecimin Käypä hoito -suosituksen pohjalta kirjoittanut potilasversioista vastaava toimittaja **Kirsi Tarnanen**.

Tekstin ovat tarkistaneet työryhmän puheenjohtaja, LT, dosentti, lastentautien ja lastenendokrinologian erikoislääkäri, Käypä hoito -päätoimittaja **Jorma Komulainen** ja Käypä hoito -toimittaja **Tanja Laukkala** Suomalainen Lääkäriseura Duodecimista sekä seuraavat työryhmän jäsenet: työterveyshuollon ja työlääkätieteen erikoislääkäri **Kari-Pekka Martimo** työeläkeyhtiö Ilmarisesta, työterveyshuollon ma. professori ja erikoislääkäri **Leena Ala-Mursula** Oulun yliopistosta ja työterveyshuollon erikoislääkäri **Alpo Vuorio** Mehiläinen Airportista.

Vastuun rajaus

Käypä hoito - ja Vältä viisaasti -suositukset ovat asiantuntijoiden laatimia yhteenvetoja yksittäisten sairauksien diagnostiikan ja hoidon vaikuttavuudesta. Ne eivät korvaa lääkärin tai muun terveydenhuollon ammattilaisen omaa arviota yksittäisen potilaan parhaasta mahdollisesta diagnostiikasta, hoidosta ja kuntoutuksesta hoitopäätöksiä tehtäessä.