

KELAN KUNTOUTUSKURSSIT KUNTOUTUMISKESKUS SUMMASSAARESSA

Yksilöllinen kuntoutusjakso on tarkoitettu kuntoutujalle, jolla on asianmukaisesti diagnosoitu sairaus tai vamma, josta on aiheutunut häiriö jollakin tai joillakin toimintakyvyn alueilla ja joihin moniammatillisella kuntoutuksella voidaan vaikuttaa. Työ- tai toimintakyvyn eri osa-alueiden rajoituksia ja yksilöllisen kuntoutuksen tarvetta voivat aiheuttaa monet sairaudet ja niiden jälkitilat sekä hoitotarvetta aiheuttavat komplikaatiot, silloin kun ne liittyvät erilaisiin elämäntilanteesta johtuviin ongelmiin tai muihin seikkoihin kuten ikääntymiseen.

Tules-kurssit on tarkoitettu kuntoutujille, joilla on laaja-alaisia niskan ja hartiaseudun, selän ja ylä- ja/tai alaraajojen oireita. Kuntoutujilla on pitkäkestoinen, yli kolme kuukautta kestänyt kipuoireyhtymä tai toistuva työ- ja toimintakykyä heikentävä oireilu. Heillä voi olla myös raajaan säteileviä oireita. Lisäksi työ voi aiheuttaa fyysistä ylikuormitusta, ergonomisia ongelmia ja oireisiin liittyvää psyykkistä rasitusta. Kurssi voi painottua niska-, selkäoireisille tai yleisesti niveloireisille.

Ylipainoisten tules-kurssit on tarkoitettu kuntoutujille, joilla on tule-sairauden lisäksi ylipainoa. Kuntoutujan painoindeksi (BMI) tulee olla yleensä 30 - 45. Kuntoutujilla voi olla myös psyykkistä oireilua.

Tules-oireisten elämäntilantakurssit on tarkoitettu kuntoutujille, joilla tules-oireisiin liittyy psykososiaalisia elämäntilantaa liittyviä ongelmia.

Tules-oireisten kivunhallintakurssit on tarkoitettu kuntoutujille, joilla on tule- sairaudesta aiheutuva pitkäaikainen kiputila. Kuntoutujilla saattaa olla myös psyykkistä oireilua.

Aslak-kuntoutus kohdistuu työssä oleviin, eri ammattialoilla työskenteleviin henkilöihin. Kuntoutujat voivat olla samasta työpaikasta tai eri työpaikoista tai samalta ammattialalta tai eri ammattialalta. Kurssi voi olla siten työpaikka- ja/tai ammattialakohtainen. Kohderyhmänä ovat henkilöt, joiden työ- ja toimintakyvyn heikkenemisen riskit ovat jo selvästi todettavissa, mutta sairausoireet ovat vielä lieviä. Kuntoutujan terveysongelmien kasautuminen voi johtaa kuntoutustarpeeseen.

Työkykyä ylläpitävä ja parantava valmennus (TYK-toiminta) on ammatillista kuntoutusta tilanteessa, jolloin työpaikan ja/tai työterveyshuollon toimenpiteistä huolimatta kuntoutujan työkyvyttömyys on uhkaamassa lähivuosina tai työkyky on olennaisesti jo heikentynyt sairauden, vian tai vamman vuoksi. Kuntoutuksen lähtökohtana on kuntoutujan terveydentilan, koulutus-, ammatti- ja sosiaalisten mahdollisuuksien yksityiskohtainen tunteminen ja sen perusteella laadittavakuntoutussuunnitelma. Yrittäjien ja pienyrittäjien erityistarpeet otetaan huomioon.

Kuntoutustarveselvitys järjestetään työikäisille henkilöille, joiden työ- ja toimintakyvyssä on todettu rajoitteita, joiden vaikutuksia työssä selviytymiseen ja kuntoutusmahdollisuuksiin ei ole selvitetty riittävästi ja jotka vaikeuttavat kuntoutuksen suunnittelua.

Kuntoutustutkimus on tarkoitettu sellaisille vajaakuntoisille henkilöille, joiden työkyky ja ansiomahdollisuudet ovat olennaisesti sairauden, vian tai vamman takia heikentyneet tai joilla on lähivuosina työkyvyttömyyden uhka. Kuntoutustutkimus järjestetään Kelan kuntoutuksena, kun terveydenhuollon, työterveyshuollon tai muiden paikallisten toimijoiden asiantuntemus ja keinot eivät ole riittäviä ammatillisen kuntoutussuunnitelman laatimiseen ottaen huomioon tarve moniammatilliseen työotteeseen.

Omaishoitajien kurssien tavoitteena on kuntoutujien työ- ja/tai toimintakyvyn parantaminen ja lisäksi mm. tiedon ja konkreettisten keinojen antaminen oman terveydentilan ja elämänlaadun ylläpitämiseksi, yksilöllisten ratkaisujen etsiminen arkipäivän ongelmallisiin tilanteisiin, omaishoitajan työssä olevien rasiustekijöiden ja stressin tunnistaminen ja niiden käsittelyn opettaminen sekä sairauksia koskevien tietojen ja omaisen hoitamiseen tarvittavien valmiuksien antaminen. Kuntoutus on tarkoitettu omaishoitajina päivittäin toimiville henkilöille, joilla on sairauksia ja mahdollisia uupumusoireita, jotka vaikeuttavat jaksamista omaishoitotyössä niin, että omaishoitajana jatkaminen on uhattuna. Omaishoitaja tarvitsee tukea ja kuntoutusta selvittääkseen monin tavoin rasittavassa hoitotyössä ja arjen rutiineissa. Omaishoitajat voivat olla eri-ikäisiä. Sopiva ajankohta kurssille määräytyy omaishoitajan ja hänen perheensä yksilöllisen tilanteen mukaisesti.

Ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömien ammatillinen valmennusinterventio (IP-TAVI) on tarkoitettu yli 45-vuotiaille vajaakuntoisille vähintään vuoden ja yleensä enintään kolme vuotta työttömänä olleille, joilla lääkärinlausunnon mukaan on kuntoutuksen tarvetta sekä edellytyksiä ja motivaatiota ammatilliseen kuntoutumiseen ja työllistymiseen. Tavoitteena on edistää kuntoutujien työ- ja toimintakykyä, elämäntapojen, ammatillisia valmiuksia sekä työelämään paluuta ja estää työttömyyskausien pitkittymistä.

Ikääntyneiden pitkäaikaistyöttömien voimavarakurssi (IP-Voimavarakurssi) on tarkoitettu yli 45-vuotiaille vähintään vuoden ja yleensä enintään kolme vuotta työttömänä olleille, joilla lääkärinlausunnon mukaan on kuntoutustarvetta esim. tuki- ja liikuntaelinsairauksien ja elämäntapoihin liittyvien ongelmien vuoksi, ja jotka ovat motivoituneita kuntoutukseen työ- ja toimintakykynsä sekä työhön paluu mahdollisuuksiensa edistämiseksi. Tavoitteena on parantaa kuntoutujien työ- ja toimintakykyä lisäämällä heidän fyysisiä, psyykkisiä ja sosiaalisia voimavarojaan, edistämällä terveitä elämäntapoja ja tukemalla heitä erilaisiin elämäntilanteisiin ja työttömyyteen liittyvien paineiden ja ongelmatilanteiden hallinnassa.

Työelämästä poissa olevien tules-kurssien (TYPO-TULES) tavoitteena on kuntoutujien liikuntakyvyn ja fyysisen, psyykkisen ja sosiaalisen toimintakyvyn säilyminen ja/tai parantaminen sekä kotona ja omassa elinympäristössä selviytymisen tukeminen. Työelämästä poissa olevien tules-kurssit voidaan kohdentaa työelämästä poissa oleville työikäisille henkilöille tai vanhemmille vanhuuseläkkeellä oleville henkilöille, joilla sairauden hoito ja kuntoutus terveydenhuollon ja avoterapian keinoin ei ole riittävää, vaan tarvitaan vaativaa, moniammatillista kuntoutusta.

Työelämästä poissa olevien yli 65-vuotiaiden monisairaiden kuntoutuskurssien tavoitteena on kuntoutujan toimintakyvyn palautuminen ja ylläpitäminen sekä hänen omatoimisuutensa tukeminen, jotta hän voisi selviytyä paremmin kotona ja osallistua yhteisönsä toimintaan. Kohderyhmään kuuluu yli 65-vuotiaita monisairaita työelämästä poissa olevia henkilöitä, joilla fyysisen ja psyykkisen toimintakyvyn rajoitus haittaa kotona selviytymistä. Heidän toimintakykynsä on alentunut niin, että kotona selviytyminen vaarantunut erilaisten pitkäaikaissairauksien takia ja he voivat tarvita henkilökohtaisissa toiminnoissaan, kotitaloustöissä tai asioinnissa kodin ulkopuolella kunnallista tai yksityistä kotiapua tai vastaavaa apua omaisiltaan, naapureilta, vapaaehtoisjärjestöiltä jne.

Metabolista oireyhtymää (MBO, vaikeahoitoinen) sairastavien kuntoutuskurssien tavoitteena on kuntoutujien työ- ja toimintakyvyn palautumisen tai parantumisen edistäminen. Lisäksi kursseilla on tavoitteena mm. elämänhallinnan paraneminen ja arkipäivän helpottuminen, voimavarojen ja keinojen löytäminen MBO:n edellyttämien elämäntapamuutosten toteuttamiseen ja lisäsairauksien ehkäisemiseen, painonpudotustavoitteen saavuttaminen (puolen vuoden aikana) sekä jatkohoitosuunnitelma saavutetun painon ylläpitämiseen, realistinen kuva MBO:n vakavuudesta ja kokonaisvaltaisen hoidon merkityksestä, omahoitovalmiuksien lisääntyminen, suunnitelman laatiminen ja hoitoon sitoutumisen edistäminen, kokemusten vaihto, tunteiden käsittely ja oman tilanteen arviointi. Vaikeaa metabolista oireyhtymää sairastavien kurssit on tarkoitettu ensisijaisesti työikäisille työelämässä oleville, työelämään palaaville tai kuntoutustuella oleville henkilöille, joilla diabetes (tyyppi 2) ja MBO ovat vaikeahoitaisia ja aiheuttavat fyysisiä sekä psyykkisiä tai sosiaalisia työ- ja toimintakyvyn rajoituksia.

Mielenterveyden häiriöitä sairastavien kuntoutuskurssien tavoitteena on osana asiakkaanhoito- ja kuntoutusprosessia tukea sairaudesta toipumista ja löytää konkreettisia keinoja työ- ja toimintakyvyn sekä elämänlaadun parantamiseksi. Kuntoutuskurssit on tarkoitettu henkilöille, jotka sairastavat psyykkisiä ja sosiaalisia tai fyysisiä rajoituksia aiheuttavaa mielenterveyden häiriötä. Kohderyhmään voi tarvittaessa kuulua myös työelämästä poissa olevia henkilöitä, joille tarkoitettujen kurssien suunnitellaan omana kokonaisuutenaan.

Sairausryhmien kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskurssit

Kansaneläkelaitos järjestää kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseja eri sairaus-, vamma- ja ikäryhmille harkinnanvaraisena lääkinnällisenä tai muuna ammatillisena kuntoutuksena, vaikeavammaisten lääkinnällisenä kuntoutuksena ja ammatillisena kuntoutuksena.

Sopeutumisvalmennuskurssit ovat **yhteistyökursseja**, jotka järjestö ja kuntoutuslaitos toteuttavat yhdessä. Työnajosopimuksella sovitaan kurssin toteutuksesta sekä vastuualueista järjestön ja kuntoutuslaitoksen kesken.