

**Inför sjukskrivning -****AUTOANAMNES**

För att Försäkringskassan skall kunna bedöma din rätt till sjukpenning är det av största vikt att sjukintyget innehåller tillräcklig information om ditt sjukdomstillstånd och din nedsatta arbetsförmåga. Fyll därför i detta formulär före läkarbesöket så underlättar det din möjlighet till en korrekt bedömning.

Mer information om sjukskrivning och rätten till sjukpenning hittar du på [www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se).

Datum: \_\_\_\_\_

Namn: \_\_\_\_\_ Personnummer: \_\_\_\_\_

Arbetsgivare: \_\_\_\_\_  Arbetslös

Handläggare Försäkringskassan (namn och tel): \_\_\_\_\_

Tjänstgöringsform  Fast  Vikariat  Timvikarie Tjänstgöringsgrad (%) \_\_\_\_\_

Arbetstider  Dag  Natt  Skift

Följande frågor är till för att få en uppfattning om på vilket sätt din sjukdom/skada påverkar din möjlighet att utföra arbete.

**Allmänna frågor**

1. Från vilket datum har du på grund av sjukdom/skada inte haft möjlighet att arbeta?

2. Beskriv kortfattat det aktuella sjukdoms-/skadeförloppet.

3. Har du några tidigare sjukdomar eller skador?

### **Frågor om dina aktuella besvär (F=funktionsnedsättning)**

1. Beskriv dina aktuella besvär eller sjukdomssymtom (till exempel ont i axlar, sömnsvårigheter, nedstämdhet, andningssvårigheter och så vidare.)

### **Frågor om dina möjligheter att arbeta (A=Aktivitetsnedsättning)**

1. Ange ditt yrke och dina nuvarande arbetsuppgifter.

2. Vilka typer av arbetsuppgifter kan du fortfarande utföra trots sjukdom/skada?

3. Vilka typer av arbetsuppgifter kan du för närvarande INTE ALLS utföra?

4. VARFÖR klarar du inte av att utföra ovanstående arbetsuppgifter? (Till exempel på grund av nedsatt uthållighet, nedsatt kraft/rörlighet, svårigheter att sitta/stå/gå/lyfta/bära.)

**OBS! Ge minst 3 exempel.**

**Frågor om dina möjligheter att arbeta (A=Aktivitetsnedsättning)**

5. Skulle du klara av att arbeta deltid? Om ja, i vilken omfattning?

6. Skulle du lättare kunna utföra arbete om det fanns tillgång till hjälpmedel eller om det gjordes förändringar på arbetsplatsen? Vilka hjälpmedel och/eller förändringar krävs i så fall?

7. Vilka förändringar har du själv gjort för att åstadkomma en förändring/förbättring?

8. När tror du att du kan börja arbeta igen? Deltid eller heltid.

**Frågor om din vardag. ( Ja, Nej eller Delvis.)**

- |   |                             |                              |                                 |
|---|-----------------------------|------------------------------|---------------------------------|
| 1. Klarar du av att sköta din personliga hygien?                          | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 2. Klarar du av att städa och laga mat?                                   | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 3. Kan du köra bil?   | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 4. Kan du klara en halvtimmes promenad?                                   | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 5. Kan du följa handlingen i ett TV-program/film<br>30 minuter eller mer? | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 6. Klarar du av att sitta vid en dator<br>30 minuter eller mer?           | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 7. Klarar du av att läsa tidningar/böcker?                                | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |
| 8. Får du tillräckligt med sömn?  | <input type="checkbox"/> Ja | <input type="checkbox"/> Nej | <input type="checkbox"/> Delvis |

Övrigt:

# Sjukskrivning

Här hittar du allmän information om vad som gäller vid sjukskrivning. Du kan även ladda ner blanketten "Inför sjukskrivning" som ska fyllas i och tas med till läkarbesöket.

Information till dig som blivit, eller kommer att bli sjukskriven. Mer information finns på [www.forsakringskassan.se](http://www.forsakringskassan.se).

## När kan man bli sjukskriven?

Vid sjukdom/skada som medför att du inte kan utföra dina arbetsuppgifter har läkare möjlighet att sjukskriva dig, på heltid eller deltid. Det går i många fall bra att arbeta trots sjukdom eller skada.

## När kan man inte bli sjukskriven?

Det är inte möjligt att bli sjukskriven för sådant som tillhör livets naturliga prövningar, till exempel svårigheter att få ihop livspusslet eller relationsproblem och så vidare.

## Vad behöver läkaren veta?

För att kunna skriva ett sjukintyg behövs information om aktuell sjukdom/skada och hur den begränsar dig. Detta innebär att du kommer behöva förklara vad det är som gör att du inte klarar av dina arbetsuppgifter.

## Vem beslutar om rätt till sjukpenning?

Om läkare bedömer att du på grund av sjukdom/skada inte kan utföra arbete kan hen utfärda ett sjukintyg. Sjukintyget skickas därefter till Försäkringskassan som beslutar om du har rätt till sjukpenning.

## Sjukskrivning vid arbetslöshet?

Om du är arbetslös är det svårt att motivera en sjukskrivning. Du ska i så fall på grund av den aktuella sjukdomen/skadan vara så pass begränsad att du inte kan klara något som helst arbete, alltså inte ens enklare uppgifter såsom att prata i telefon, skriva på en dator eller uppgifter som inte är fysiskt belastande.

## När behöver jag ett sjukintyg?

Du har full rätt att sjukskriva dig själv under de första 7 dagarna. Från dag 8 behöver din arbetsgivare däremot ett sjukintyg som du ska lämna in. Arbetsgivaren betalar din sjukpenning under de första 14 dagarna. Därefter övergår ansvaret till Försäkringskassan.

## Vad är syftet med sjukskrivningen?

En sjukskrivning är en aktiv del av din behandling och ska tillsammans med andra rehabiliterande åtgärder bidra till att du återfår din arbetsförmåga.

## Vad finns det för risker med att vara sjukskriven?

Ju längre sjukskrivningsperiod desto svårare kan det vara att återgå till arbete. Därför är det alltid viktigt att undvika längre sjukfrånvaro än nödvändigt. Det är bra om en sjukskrivning kan begränsas till deltid eftersom det minskar risken att bli långtidssjukskriven på heltid.

### **Vad förväntas av dig under sjukskrivningen?**

Det är viktigt att du själv är med och tar ansvar för ditt tillfrisknande. Du kan komma att få uppgifter du förväntas följa. Det kan till exempel röra sig om behandling med en specifik medicin eller kontakt med sjukgymnast. Du kan också få egenvårdsråd som regelbunden fysisk aktivitet eller att upprätthålla sömn- och kostvanor. Regelbunden kontakt med arbetsplatsen eller arbetsgivaren kan också vara värdefullt. För många sjukdomar innebär inaktivitet att läkning förhindras och försenas. Att vara aktiv i lagom mån är däremot ofta bra för måendet och tillfrisknandet.

### **Vad är en rehabiliteringsplan?**

I samband med sjukskrivning som förväntas bli långvarig kan man upprätta en rehabiliteringsplan. Målet är att gynna ditt tillfrisknande och därmed återgång i arbete. Planen upprättas du tillsammans med läkare och innehåller information om vad du behöver för att må bättre. Risken om du inte följer rekommendationerna i planen är att du inte tillfrisknar. Därtill ökar risken för att Försäkringskassan inte beviljar fortsatt sjukpenning.

### **Hur får jag tag på mitt sjukintyg?**

Vanligen skickas ditt sjukintyg elektroniskt direkt till Försäkringskassan. Du är däremot tvungen att själv lämna en kopia till arbetsgivaren. Om du ej fick en skriftlig kopia vid läkarbesöket kan du ladda ner intyget från Försäkringskassans hemsida eller via 1177, Vårdguiden E-tjänster. Vid problem kan du ta kontakt med Dragonens hälsocentral på 090 - 785 91 48.

### **Vad händer om jag inte kan börja jobba?**

Om det fortfarande finns begränsning i arbetsförmåga då din sjukskrivning löper ut kan det bli aktuellt med förlängning. Detta måste en läkare ta ställning till och i de allra flesta fall krävs ett läkarbesök. Om du inte redan fått tid för återbesök behöver du själv ringa och boka en tid. Det allra bästa är att träffa samma läkare som påbörjade sjukskrivningen. För att detta ska vara möjligt måste du ringa minst 2 veckor i förväg.

### **Vad händer om Försäkringskassan inte beviljar sjukpenning trots sjukintyget?**

Om Försäkringskassan anser att information saknas i sjukintyget ber de om en komplettering. Detta sker automatiskt till aktuell läkare. När Försäkringskassan fått den information de anser sig behöva för att kunna göra en bedömning tas beslut om din rätt till sjukpenning. Försäkringskassan kan trots att din läkare bedömt att du inte kan arbeta, avslå rätten till sjukpenning.

**Viktigt att tänka på:** För många sjukdomar innebär inaktivitet att läkning förhindras eller försenas. Att vara aktiv i lagom mån är däremot ofta bra för måendet och tillfrisknandet.

**Vilka tidsramar gäller vid sjukskrivning? Försäkringskassan "Rehabiliteringskedja".**

I samband med en sjukskrivning inträffar vissa tidsramar i Försäkringskassans bedömningsförfarande:

\* **Mellan dag 1-90** som du är sjukskriven kan Försäkringskassan betala ut sjukpenning om du inte kan utföra ditt vanliga arbete eller annat tillfälligt arbete hos din arbetsgivare.

\* **Mellan dag 91-180** kan Försäkringskassan betala sjukpenning endast om du inte kan utföra något arbete alls hos din arbetsgivare.

\***Mellan dag 181-365** kan du endast få sjukpenning om du inte kan utföra annat arbete som är normalt förekommande på hela arbetsmarknaden, men detta gäller inte om Försäkringskassan bedömer att du med stor sannolikhet kommer att kunna gå tillbaka till ett arbete hos din arbetsgivare före dag 366.

\***Efter dag 365** kan du bara få sjukpenning om du inte alls kan utföra sådant arbete som är normalt förekommande på hela arbetsmarknaden.