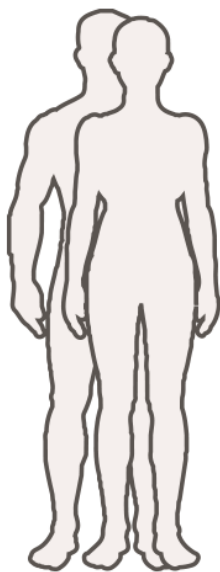


Richtlijn Chronisch Zieken en Werk



Begeleiding en beoordeling door de bedrijfsarts en de verzekeringsarts

Waar gaat het om?

Het hebben van een of meer chronische ziektes maakt het uitvoeren of volhouden van werk soms lastig. Daardoor zijn mensen met een chronische aandoening vaker werkloos of werken zij minder uren.

Bedrijfs- en verzekeringsartsen hebben een rol bij de begeleiding en beoordeling van mensen met een chronische ziekte die werken, uitgevallen zijn, of werk zoeken. De richtlijn Chronisch Zieken en Werk helpt deze artsen om u zo te begeleiden dat u, indien mogelijk, met uw ziekte kunt blijven werken of weer aan het werk kunt gaan.

Daarbij is het belangrijk dat zij samen met u, en met anderen zoals uw behandelend arts, of werkgever, bepalen welke ondersteuning en maatregelen u daarbij het beste kunnen helpen.

De informatie en tips in de richtlijn Chronisch Zieken en Werk zijn gebaseerd op wetenschappelijke inzichten en op ervaringen uit de praktijk, zowel van bedrijfs- en verzekeringsartsen als van patiënten. De informatie die u hier vindt is afgeleid van deze richtlijn. Het doel is dat u daarmee uw eigen rol kunt versterken.

Voor wie?

De richtlijn Chronisch Zieken en Werk is van toepassing op werkenden of werkzoekenden met een chronische ziekte:

- werknemers;
- zelfstandigen;

- mensen die door een chronische ziekte zijn uitgevallen of geen werk hebben.

De richtlijn is niet bedoeld voor mensen die niet meer kunnen werken.

Hoe gaat het in zijn werk?

De bedrijfsarts (of in sommige gevallen de verzekeringsarts of medisch adviseur. *Zie: Hoe is de zorg georganiseerd?*) zal eerst, samen met u, in kaart brengen welke zaken uw deelname aan werk kunnen belemmeren. Daarbij kan het gaan om:

- uw gezondheidstoestand, bijvoorbeeld pijn of vermoeidheid;
- uw geestelijke gesteldheid, bijvoorbeeld verliesgevoelens;
- uw functioneren, bijvoorbeeld concentratieproblemen;
- uw werk, bijvoorbeeld lichamelijk zwaar werk of werkdruk.

De bedrijfsarts kan vervolgens samen met u nagaan welke belemmeringen weggenomen of verminderd kunnen worden. Hij zal met u overleggen over een haalbare aanpak om (meer) aan het werk te gaan of te blijven, wat voor hulp u daarbij nodig heeft en wat u zelf kunt doen. Hij moet daarbij natuurlijk rekening houden met uw ziekte. Ook moet hij voldoende aandacht besteden aan de hersteltijd die u na inspanning nodig heeft.

De richtlijn noemt de volgende mogelijkheden die de bedrijfsarts met u kan bespreken:

- inzet van een jobcoach: <https://www.uwv.nl/particulieren/voorzieningen/voorzieningen-werk/detail/jobcoach>
- inzet van een multidisciplinair programma. Dit kan bestaan uit verschillende onderdelen, zoals fysieke training, begeleiding, vaardigheidstraining, voorlichting, werkplekaanpassingen en ondersteuning in werk na hervatting. De keuze van de onderdelen hangt mede af van uw behoeften en voorkeuren.
- een behandeling die specifiek voor uw ziekte kan helpen bij werkhervatting, (bijvoorbeeld oefentherapie bij bewegingsklachten of psychotherapie bij een posttraumatisch stresssyndroom).

De bedrijfsarts kan u en uw werkgever ook adviseren over:

- ergonomische aanpassingen, zoals van uw werkplek;
- een andere organisatie of indeling van het werk;
- het in de praktijk proberen wat wel en niet lukt qua werktijden of taken;
- verkorting of flexibilisering van werktijden;
- meer mogelijkheden om uw werk zelf te regelen;
- aanpassingen van taken of tijdelijke overname van taken door collega's;
- voorlichting op het werk over uw ziekte;
- speciaal vervoer;
- het verbeteren van sociale en praktische steun op het werk.

Ook een arbeidsdeskundige kan een deel van deze advisering op zich nemen. *Zie: Hoe is de zorg georganiseerd?*

Plan van aanpak

De adviezen van de bedrijfsarts en arbeidsdeskundige helpen bij het maken van een plan om te zorgen dat u zo goed mogelijk weer aan het werk kunt gaan of blijven. Een voorbeeld is het plan van aanpak (re-integratieplan) dat u samen met uw werkgever moet maken als u zich langer dan 6 weken heeft ziek gemeld. Zie:

<https://www.arboportaal.nl/onderwerpen/langdurend-ziekteverzuim>

Het kan zijn dat uw beperkingen zo ernstig zijn, dat werken niet echt meer mogelijk is. Uw toekomst komt er dan heel anders uit te zien. In dat geval kan de bedrijfsarts u begeleiden bij deze verandering.

Wat moet u niet doen?

- *Afwachten*: Om kansen goed te benutten en vanwege uw wettelijke verantwoordelijkheden is het niet verstandig om te blijven afwachten.
 - *Onhaalbare doelen*: Het stellen van een onhaalbaar doel, of het meegaan met onrealistische doelen die door een ander voor u gesteld worden (bijvoorbeeld werkgever of bedrijfsarts), kan alleen maar tot teleurstelling en mislukking leiden.
-

Wat kan ik zelf doen?

Wat voor hulp iemand nodig heeft om weer aan het werk te gaan of aan het werk te blijven verschilt per persoon en per situatie. Uw eigen inzet is daarbij van groot belang. Volgens de wet bent u zelf medeverantwoordelijk voor re-integratie bij ziekte. U weet vaak het beste wat uw mogelijkheden zijn en tegen welke belemmeringen u oploopt. Ook heeft u misschien zelf ideeën over oplossingen.

Dit kunt u zelf doen:

- Ga voor uzelf na wat uw beperkingen zijn en wat u nog wel kunt op het gebied van werk.
- Zet uw behoeften en ideeën over uw deelname aan werk goed op een rijtje.
- Ga na wat uw rechten en plichten zijn, en die van uw werkgever (o.a. op basis van het arbeidsrecht, de WIA, de Ziektewet en de Wet Verbetering Poortwachter). *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- Bedenk of u zelf de regie kunt voeren en of u daarbij hulp nodig heeft. Zijn er initiatieven of instrumenten die hierbij kunnen helpen? *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- Zoek uit wat er bekend is over uw ziekte en werk: welke beperkingen komen daarbij voor? Zijn er initiatieven of instrumenten die kunnen helpen? *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- Houd contact met uw collega's en werkgever.
- Informeer uw werkgever en collega's over de gevolgen van uw ziekte voor werk, als u denkt dat dat goed is.
- Bedenk welke aanpassingen en maatregelen u zouden kunnen helpen om weer aan het werk te gaan of te blijven.
- Wanneer uw vroegere of huidige werk niet meer haalbaar is, ga dan na of extra

scholing of omscholing zou kunnen helpen.

- Wanneer betaald werk niet (meer) haalbaar is, ga dan na wat uw rechten zijn op een uitkering en hoe u uw aanvraag zo goed mogelijk kunt onderbouwen.
 - Houd een dossier bij van alle contacten met uw behandelaars, bedrijfsarts, werkgever, UWV, verzekeringsmaatschappij. Dan kunt u als dat nodig is alle brieven, gespreksaantekeningen, enzovoort terugvinden.
 - Zoek steun in uw naaste omgeving.
 - Maak gebruik van kennis en ervaring van mensen in een soortgelijke situatie. *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
-

Wat is het te verwachten resultaat?

Bij een goede toepassing van de richtlijn kan de bedrijfsarts, verzekeringsarts of medisch adviseur:

- u helpen om zoveel mogelijk zelf uw doelen en uw aanpak op het gebied van werk te bepalen;
 - aanpassingen en maatregelen adviseren die zijn gebaseerd op wetenschap en ervaringskennis van zorgverleners en patiënten;
 - u helpen bij de samenwerking met uw werkgever en anderen om uw doelen op het gebied van werk te bereiken
-

Wat zijn mogelijke risico's en complicaties?

- *Acceptatie*: wanneer u veel moeite heeft met het accepteren van uw ziekte kan het moeilijk zijn om gemotiveerd bezig te gaan met een plan voor werkbehoud of werkhervatting. Misschien kunt u dan eerst, aan uw huisarts of bedrijfsarts, vragen naar begeleiding bij acceptatie.
- *Grenzen kennen*: het kan heel lastig zijn om goed in te schatten wat uw grenzen zijn, wat u qua werk wel en niet kunt en kunt volhouden, ook op de langere duur. Uw behandelaar, arbeidsdeskundige of bedrijfsarts kan u hierbij helpen. Ook via een patiëntenvereniging kunt u hulp hierbij vinden. *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- *Grenzen stellen*: het kan het moeilijk zijn om anderen duidelijk te maken wat de grenzen van uw belastbaarheid zijn. Een vaardigheidstraining zou hierbij kunnen helpen. *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- *Buitenspel*: Het kan zijn dat de bedrijfsarts, verzekeringsarts of arbeidsdeskundige weinig ruimte laat voor uw eigen inbreng. In de praktijk gaan dingen vaak anders dan u op grond van de richtlijn zou mogen verwachten. U kunt dan wijzen op de richtlijn en zelf ondersteuning vragen, bijvoorbeeld aan een vakbond of patiëntenorganisatie, om uw positie te versterken. *Zie: Wilt u naast deze informatie meer weten?*
- *Tegenstrijdige adviezen*: uw bedrijfs- of verzekeringsarts heeft soms een heel andere benadering dan uw behandelend arts. U kunt dan uw behandelaar vragen om te overleggen met uw bedrijfs- of verzekeringsarts, of omgekeerd. Let op: Zij mogen geen informatie uitwisselen zonder uw schriftelijke toestemming.
- *Verkeerde dossiergegevens*: Er staat van alles over u in dossiers van uw werkgever,

de bedrijfsarts, het UWV, uw verzekeraar of uw behandelaars. Wanneer daar onjuiste of niet terzake doende gegevens in staan kunt u daar veel last van krijgen. U heeft recht op inzage, correctie, aanvulling en verwijdering van uw gegevens op grond van de Wet Bescherming Persoonsgegevens en de Wet Geneeskundige Behandelingsovereenkomst (WGBO). Zie:

<https://autoriteitpersoonsgegevens.nl/nl/onderwerpen/werk-en-uitkering/zieke-werknemers> en <https://www.patientenfederatie.nl/themas/patientenrechten/>

Hoe is de zorg georganiseerd?

Als uw chronische ziekte gevolgen heeft voor de mogelijkheden om te werken hebben de bedrijfsarts, arbeidsdeskundige, verzekeringsarts en/of medisch adviseur een belangrijke rol bij de beoordeling en begeleiding en soms ook bij de behandeling.

De bedrijfsarts

De bedrijfsarts heeft een andere rol dan uw huisarts of behandelend specialist. Hij houdt zich bezig met advies en begeleiding bij gezondheidsproblemen die met werk te maken hebben. Ook het voorkomen van zulke problemen hoort tot zijn taak. De bedrijfsarts heeft (zelf of via een arbodienst) een contract met uw werkgever.

De bedrijfsarts kan beoordelen wat u nog wel en niet meer kunt en in hoeverre de gevolgen van uw ziekte een belemmering zijn om uw werk te doen. Wanneer een werkgever twijfelt of een ziekmelding wel terecht is kan hij de bedrijfsarts vragen om hierover te oordelen (een werkgever kan en mag dat niet zelf beoordelen). Ook kan de bedrijfsarts onderzoeken of werk uw klachten kan veroorzaken, in stand houden, of verergeren. Hij kan u ondersteuning bieden om te zorgen dat u aan het werk kunt blijven. Als u ziek thuis bent kan hij u begeleiden om uw terugkeer in werk te bevorderen (re-integratie). Daarbij adviseert hij u en uw werkgever over de nodige aanpassingen van werk.

Wanneer het tot een aanvraag van een WIA-uitkering komt geeft de bedrijfsarts aan het UWV de nodige informatie over het verloop van uw arbeidsongeschiktheid en over uw beperkingen en mogelijkheden.

De bedrijfsarts kan informatie opvragen bij uw behandelaar(s). Daarvoor heeft hij wel eerst uw instemming nodig. Wanneer hij vindt dat u baat kunt hebben bij een bepaalde behandeling kan hij uw huisarts daarover adviseren. Bij een verband tussen uw gezondheidsproblemen en werk kan hij u ook zelf doorverwijzen voor een behandeling. Zie ook: <https://www.arboportaal.nl/onderwerpen/bedrijfsarts>

De verzekeringsarts van het UWV

Ook verzekeringsartsen hebben een andere rol dan uw huisarts. Zij worden in de volksmond ook wel 'keuringsarts' genoemd. U krijgt te maken met een verzekeringsarts van het UWV wanneer u een beroep doet op de Ziektewet, WIA, WAO, WAZ (<https://www.uwv.nl/particulieren/ziek/index.aspx?wtNavElem=headerNav>) of Wajong (<https://www.uwv.nl/particulieren/arbeidsbeperkt/index.aspx>). Daarbij heeft de verzekeringsarts tot taak om uw beperkingen en uw mogelijkheden om te functioneren te

beoordelen. De uitkomst hiervan is van grote invloed op uw recht op een uitkering. De verzekeringsarts beoordeelt ook wat u heeft gedaan om uw mogelijkheden om te werken te behouden of te vergroten. Dit wordt 'herstelgedrag' of 'participatiegedrag' genoemd.

Wanneer u een Ziektewetuitkering heeft van het UWV, en geen vaste werkgever, heeft de verzekeringsarts een rol bij verzuimbegeleiding en re-integratie.

Bij de aanvraag van een WIA-uitkering krijgt de verzekeringsarts van de bedrijfsarts de nodige medische gegevens en informatie over het verloop van uw arbeidsongeschiktheid en over uw beperkingen en mogelijkheden. Indien nodig vraagt hij nog aanvullende informatie op bij uw bedrijfsarts, huisarts of de behandelend arts. Hiervoor heeft hij wel uw toestemming nodig. Het kan zijn dat hij twijfelt over de diagnose, uw functionele mogelijkheden, uw huidige behandeling of behandelingsmogelijkheden. In dat geval kan hij overleggen met uw behandelende arts, of u doorverwijzen voor aanvullend onderzoek.

De medisch adviseur van een particuliere verzekeraar

Ook bij particuliere verzekeraars zijn verzekeringsartsen actief. Deze worden meestal medisch adviseur genoemd. Zij moeten de gezondheidstoestand van degene die is verzekerd, bijvoorbeeld voor arbeidsongeschiktheid, beoordelen. De uitkomst is van grote invloed op de uitkering door de verzekeraar. Het bevorderen van re-integratie en het nemen van maatregelen ter voorkoming van (verdere) arbeidsongeschiktheid kan eveneens een taak zijn van een medisch adviseur.

De arbeidsdeskundige

Een arbeidsdeskundige is gespecialiseerd in het afwegen van de belastbaarheid, bijvoorbeeld van iemand met een chronische ziekte, en de belasting die werk met zich meebrengt.

Arbeidsdeskundigen kunnen als zelfstandige werken of in dienstverband, zoals:

- bij het UWV: bij de beoordeling van arbeidsongeschiktheid voor de Ziektewet, WIA, WAO, WAZ en Wajong.
- bij het UWV: bij re-integratie en de toekenning van voorzieningen;
- bij een arbodienst (preventie, re-integratie).

Een arbeidsdeskundige kan ook werken voor een werkgever, een private verzekeraar, een letselschadebureau, een arbeids- en revalidatietrainingscentrum of een expertisebureau. De arbeidsdeskundige kan adviseren over oplossingen om het werkvermogen te verbeteren, zoals werkaanpassingen. Hij kan in opdracht van een werkgever of het UWV de re-integratie van de chronisch zieke werknemer ondersteunen.

Wilt u naast deze informatie meer weten?

Patiëntenorganisaties

Bij verschillende patiëntenorganisaties kunt u nuttige informatie vinden over werken met een chronische ziekte, bijvoorbeeld over:

- de beperkingen en mogelijkheden voor werk bij een specifieke ziekte;
- projecten gericht op werken met een specifieke aandoening;

- ervaringsdeskundige coaches;
- zelfmanagement- en e-learningprogramma's;
- tips en hulpmiddelen.

Websites van patiëntenorganisaties voor specifieke aandoeningen zijn te vinden via hun koepelorganisaties:

- Ieder(in) (<https://iederin.nl/leden/>);
- MIND Landelijk Platform Psychische gezondheid (<https://wijzijnmind.nl/>);
- Patiëntenfederatie Nederland (<https://www.patiëntenfederatie.nl/over-ons/onze-leden>).

Nationale zorgnummer

Het Nationale Zorgnummer is de advieslijn over zorg, ondersteuning en participatie van de drie koepels van patiëntenorganisaties:

- 0900 23 56 780 (€ 0,20 per gesprek)
- <https://www.nationalezorgnummer.nl>

Overige

Op de website van Centrum Werk Gezondheid (<http://werkenchronischziek.nl>) zijn veel programma's projecten, tools, en informatiebronnen verzameld over werken met een chronische ziekte, gericht op:

- werknemers;
- ZZP-ers;
- werkgevers;
- zorgverleners.

Informatie over wetten en regels die van belang zijn bij chronische ziekte en werk is te vinden op:

- <https://www.arboportaal.nl>
- <https://www.uwv.nl/particulieren/>
- <https://www.fnv.nl/themas/ziekte-en-re-integratie/>
- <https://www.cnv.nl/werk-en-inkomen/ziekte-en-arbeidsongeschiktheid/>
- <https://www.patiëntenfederatie.nl/themas/patiëntenrechten/>

De Richtlijn Chronisch Zieken en Werk

De volledige richtlijn is hier te vinden: <https://www.nvab-online.nl/content/chronisch-zieken-en-werk>. Daar is ook een samenvattingskaart en een achtergronddocument te vinden.

Bron: [http://www.patiënteninformatietool.nl/richtlijn-chronisch-zieken-en-werk?utm_source=Measuremail&utm_medium=email&utm_campaign=Pati%c3%abntenfedera+\(CC-292\)](http://www.patiënteninformatietool.nl/richtlijn-chronisch-zieken-en-werk?utm_source=Measuremail&utm_medium=email&utm_campaign=Pati%c3%abntenfedera+(CC-292))