

Čo ma čaká, keď ochoriem

alebo - čo keď ochorie niekto z mojich blízkych?

.....

Ako sa nestratiť vo svojich
právach a v systéme
starostlivosti a pomoci



SLOVENSKÝ
PACIENT

 LIGA PROTI
RAKOVINE

S kým sa stretnem v systéme starostlivosti a pomoci?



Keby sme spolu hovorili pred pár mesiacmi, tak by sme nemali o čom. Bol som zdravý, moji rodičia boli sebestační a so ženou sme riešili len deti, školu a dovolenky. Potom som však ochorel a naši začali potrebovať pomoc. Náš svet sa zmenil a ja som pochopil, že je dôležité mať niekde návod na to, ako sa v tej ktorej situácii správať, kam ísť a o čo žiadať.

~~~~ Štefan

**S**om kouč – aj keď som vyštudoval sociálnu prácu. Hľadám taktiky, ako zvládnuť konflikty, ktoré zmenená situácia so sebou prináša, tak aby bol výsledok win-win.

~~~~ kouč Andrej



Ja som na rodičovskom, ale na polovičný úväzok pracujem z domu. Štefan prišiel z nemocnice a potreboval pomoc. Mám nárok aj na OČR? Keď si jeho mama zlomila nohu, ja a Štefan nie sme zobratí, môžem si požiadať o dávku? A toto dookola riešime celý rok, vždy niečo príde a potom googlime, voláme, dostávame kopu protichodných údajov.

~~~~ Štefanova partnerka Vierka



**N**echceli sme zaťažovať deti, ale niekedy pomoc potrebujeme. Lenže ako to urobiť, aby sme im neodkrajovali z dovolenky?

~~~~ rodičia Vlado a Marta



Som praktický lekár. U mňa sa zhŕňajú všetky podklady o vašom zdravotnom stave a vystavujem väčšinu potvrdení pre úrad, ktoré vám následne poskytnú dávky a služby.

~~~~ lekár Maroš



**S**om zamestnankyňa úradu a vysvetlím vám, ako sa nestratiť v zložitých systémoch nárokov a žiadostí.

~~~~ úradníčka Alena



Som právnička a mojou úlohou je chrániť vás pred nesprávnymi rozhodnutiami úradov.

~~~~ právnička Hana



**Tiráž**

AUTORKA:  
Ida Želinská  
ODBORNÁ SPOLUPRÁCA:  
Ivana Šarlínová  
GRAFICKÁ ÚPRAVA:  
Dušan Király

[www.slovenskypacient.sk](http://www.slovenskypacient.sk)

FOTOGRAFIE:  
[www.stock.adobe.com](http://www.stock.adobe.com)  
VYTVORIL:  
SLOVENSKÝ PACIENT © 2024  
VYDALA:  
Liga proti rakovine © 2024

[www.lpr.sk](http://www.lpr.sk)

**Inštitúcie**

**Sociálna poisťovňa**  
vypláca dávky spojené s chorobou či úrazom pre vás aj vašich blízkych.

**Zdravotná poisťovňa**  
schvaľuje liečbu, prepláca zdravotné a niektoré zdravotnícke pomôcky aj služby.

**Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny**  
poskytuje rôzne peňažné príspevky na samostatný a dôstojný život.

**Miestny alebo obecný úrad**  
vydáva povolenie na vyhradené parkovacie miesta, ale vykonáva aj iné služby ako dovoz stravy, prepravnú službu pre znevýhodnených ľudí.

**Mimovládne organizácie a komunity na sociálnych sieťach**  
majú návody na to, ako riešiť problémy, ktoré choroba so sebou prináša, spájajú ľudí s podobným osudom, aby neopakovali tie isté chyby.

# Viete, od koho a čo žiadať?

Úrady neboli vytvorené nato, aby sme boli od nich závislí. Majú nám poskytnúť pomoc, ktorá nám umožní aj v ťažkých chvíľach žiť čo najviac nezávislý život. Ak systém dobre funguje, ich pomoc a služby sa vzájomne dopĺňajú. Ako? Ukážeme si možnosti na príklade, keď sa vám zhoršuje pohyblivosť. Zdravotná poisťovňa vám schváli liečbu. Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny vám pomôže odstrániť bariéry preplatením stavebných úprav alebo poskytne príspevok na osobnú asistenciu. Mesto alebo obec vám vyhradí parkovacie miesto čo najbližšie k vášmu domu. A tak vám spolu, v sieti podpory, pomôžu byť čo najmenej závislí od pomoci ostatných ľudí.

~~~~~ Štefan



Ktoré zákony sa oplatí čítať?

- ✓ zákon č. 576/2004 Z. z. o zdravotnej starostlivosti
- ✓ zákon č. 363/2011 Z. z. o rozsahu a podmienkach úhrady liekov, zdravotníckych pomôcok a dietetických potravín
- ✓ zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení
- ✓ zákon č. 448/2008 Z. z. o sociálnych službách
- ✓ zákon č. 447/2008 Z. z. o peňažných príspevkoch na kompenzáciu ťažkého zdravotného postihnutia
- ✓ zákon č. 365/2004 Z. z. – antidiskriminačný zákon



kde?

koľko?

kto?

ako?

na čo?

Zdravotná poisťovňa

prepláca:

- ✓ časť nákladov na zdravotnú starostlivosť: lieky, zdravotnícke pomôcky a dietetické potraviny
- ✓ doplatok za lieky po prekročení limitu spoluúčasti
- ✓ kúpeľnú starostlivosť
- ✓ ošetrovateľskú starostlivosť
- ✓ opravu a úpravu zdravotníckych pomôcok

schvaluje:

- ✓ liečbu v zahraničí
- ✓ špeciálne druhy liečby



Úrad práce, sociálnych vecí a rodiny

poskytuje:

- ✓ peňažný príspevok na úpravu bytu, rodinného domu alebo garáže
- ✓ peňažný príspevok na kúpu zdvíhacieho zariadenia
- ✓ peňažný príspevok na kúpu pomôcky
- ✓ peňažný príspevok na opravu pomôcky
- ✓ peňažný príspevok na zvýšené výdavky súvisiace s prevádzkou osobného motorového vozidla (na benzín)
- ✓ peňažný príspevok na prepravu – taxi služba alebo prepravná služba
- ✓ peňažný príspevok na zvýšené výdavky na diétne stravovanie

- ✓ peňažný príspevok na zvýšené výdavky súvisiace s hygienou alebo s opotrebovaním šatstva, bielizne, obuvi a bytového zariadenia
- ✓ peňažný príspevok na kúpu osobného motorového vozidla
- ✓ peňažný príspevok na úpravu osobného motorového vozidla
- ✓ peňažný príspevok na osobnú asistenciu
- ✓ peňažný príspevok na opatrovanie
- ✓ parkovací preukaz

vydáva:

- ✓ preukaz ZŤP
- ✓ parkovací preukaz

Samosprávne kraje, mestá a obce

rozhodujú o tejto pomoci:

- ✓ vyhradené parkovacie miesto
- ✓ zníženie miestnych daní
- ✓ rozvoz obedov pre seniorov

vedú registre:

- ✓ zariadení pre seniorov
- ✓ zariadení opatrovateľskej služby



- ✓ rehabilitačných stredísk
- ✓ domovov sociálnych služieb
- ✓ špecializovaných zariadení (napr. pre ľudí s Alzheimerovou chorobou)
- ✓ denných stacionárov
- ✓ opatrovateľských služieb
- ✓ prepravných služieb
- ✓ denných centier

Sociálna poisťovňa

vypláca:

- ✓ garančné poistenie
- ✓ invalidný a starobný dôchodok
- ✓ predčasný starobný dôchodok
- ✓ pozostalostný dôchodok – vdovský a vdovecký, sirotsky
- ✓ dávky úrazového poistenia
- ✓ dávka v nezamestnanosti
- ✓ ošetrovné
- ✓ materské
- ✓ vyrovnávaciu dávku z dôvodu preradenia na inú prácu počas tehotenstva



Viete, od koho a čo žiadať?



Je dôležité, aby ste – ako pacienti a pacientky, teda tí, ktorí prijímajú zdravotnú starostlivosť a s ňou súvisiace služby – poznali svoje práva. Vymenúva ich Charta práv pacienta. Samozrejme, každé právo má oporu v mnohých zákonoch – v zákone o zdravotnej starostlivosti, v antidiskriminačnom zákone, v zákone o zdravotnom poistení. Tie dôležité nájdete vymenované na strane 4.

právnicička Hana



! Na základe rozhodnutia súdu máte nárok na náhradu škody, ktorá vám vznikla pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti.



1.

Pri poskytovaní zdravotnej starostlivosti sa zakazuje akákoľvek diskriminácia z dôvodu rasy, farby pleti, pohlavia, náboženstva, politického alebo iného zmysľania, národnostného alebo sociálneho pôvodu, majetku, rodu, sexuálnej orientácie alebo iného postavenia.

2.

Máte právo na poskytnutie zdravotnej starostlivosti na základe svojho zdravotného stavu a podľa stupňa zdravotného postihnutia, na odbornej úrovni, plynulo, sústavne a na to, aby bola zdravotná starostlivosť dostupná.



3.

Máte právo na výber a zmenu lekárskeho personálu a zdravotníckeho zariadenia.



4.

Máte právo byť zrozumiteľným spôsobom informovaní o svojom zdravotnom stave vrátane povahy choroby a potrebných zdravotných výkonoch. Toto právo prináleží aj deťom.

5.

Máte právo odmietnuť alebo prerušiť zdravotný výkon s výnimkou prípadov v stave ohrozenia života.

6.

Všetky informácie o vašom zdravotnom stave (diagnózach, liečbe a prognóze), ako aj všetky ostatné informácie osobného charakteru sú dôverné, nikto s nimi nemôže nakladať bez vášho súhlasu, počas vášho života ani po vašej smrti.



7.

Máte právo vedieť základné údaje (meno a priezvisko) o pracovníkoch a pracovníčkach, ktorí sa o vás starajú a liečia vás.

8.

Po prijatí do zdravotníckeho zariadenia sa vaše vyšetrenia, liečba aj prípadný pobyt uskutočňujú v súlade so zásadami práva na ľudskú dôstojnosť a na zachovanie intimity.

9.

V nevyliciteľnom štádiu choroby máte právo na takú úľavu a zmiernenie bolestí, ktoré zodpovedajú súčasným vedomostiam a možnostiam zdravotnej starostlivosti o umierajúcich.

10.

Máte právo podať sťažnosť, ak sa domnievate, že sa porušilo vaše právo na poskytovanie zdravotnej starostlivosti.



Na čo mám nárok, keď ochorím?

Ak ste uznaní z dôvodu choroby, úrazu či nariadeného karanténneho opatrenia alebo izolácie za dočasne práceneschopného či práceneschopnú, máte nárok na náhradu príjmu alebo na nemocenské.

~~~~ úradníčka Alena



## Na aké dávky máte nárok?

**Deň choroby**  
1. – 10. deň  
od 10. dňa

**Dávka**  
náhrada príjmu  
nemocenské

**Kto ju vypláca**  
zamestnávateľ  
Sociálna poisťovňa



## Ktoré zákony upravujú podmienku nároku, výšku a vyplácanie dávok?

- zákon č. 462/2003 Z. z. o náhrade príjmu pri dočasnej PN zamestnanca
- zákon č. 461/2003 Z. z. o sociálnom poistení

## Kedy mám nárok na náhradu príjmu alebo dávku nemocenského?

- ✔ som uznaný či uznaná za dočasne PN
- ✔ nevykonávam počas tohto obdobia zárobkovú činnosť a nedosahujem príjem (okrem príjmu, ktorý sa poskytuje z iného dôvodu než za vykonanú prácu – napríklad príjem z prenájmu nehnuteľností)
- ✔ v deň vzniku dočasnej PN mám aktívne nemocenské poistenie (t. j. som v pracovnom pomere) alebo som v ochrannnej lehote po skončení nemocenského poistenia
- ✔ nepoberám v tom čase materskú

## Čo je to ochranná lehota po skončení nemocenského poistenia?

**Ak ste uznaní za dočasne PN až po skončení pracovného pomeru, máte ešte nárok na nemocenské, a to:**

- ✔ sedem dní po skončení nemocenského poistenia
- ✔ toľko dní, koľko trvalo nemocenské poistenie, ak nemocenské poistenie trvalo menej ako sedem dní (napr. ak pracovný pomer trval 5 dní – tak 5 dní)
- ✔ osem mesiacov, ak je žena, ktorá je uznaná za dočasne PN, tehotná a nemocenské poistenie jej zaniklo v období tehotenstva

## Na náhradu príjmu počas dočasnej PN nemáte nárok, ak:

- ✔ máte počas obdobia dočasnej PN nárok na nemocenské, materské alebo rodičovský príspevok (to neplatí, ak počas poberania rodičovského príspevku súčasne pracujete)



## Povinnosti zamestnancov pri práceneschopnosti

1.



predložiť  
potvrdenie o vzniku  
dočasnej PN

2.



dodržiavať  
liečebný  
režim

3.



predložiť  
preukaz o trvaní  
dočasnej PN

4.



predložiť potvrdenie  
o zániku dočasnej PN

- ✔ sa stanete dočasne PN v dôsledku úmyselného trestného činu, za ktorý vám bol uložený trest odňatia slobody
- ✔ ste porušili liečebný režim určený lekárom,
- ✔ sa nezdržiavate na mieste určenom počas dočasnej PN bez lekárskeho súhlasu

## Čo je to denný vymeriavací základ?

Je to hrubá mzda, z ktorej sa platia sociálne odvody. Zjednodušene si môže svoj denný vymeriavací základ každý vypočítať tak, že svoju hrubú mzdu vynásobí číslom 12 a výsledok vydělí číslom 365.

**Denný vymeriavací základ zamestnanca na účely výpočtu náhrady príjmu či nemocenského je v roku 2023 maximálne 79,6274 €.**

## Maximálna výška sumy náhrady príjmu, resp. nemocenského na deň predstavuje:

- za prvé 3 dni najviac sumu **19,90685 €** na deň
- od 4. dňa najviac sumu **43,79507 €** na deň

**V** prípade vyšetrenia alebo ošetrenia v zdravotníckom zariadení Zákonník práce upravuje nárok na poskytnutie plateného pracovného voľna v nevyhnutne potrebnom rozsahu, najviac 7 dní v kalendárnom roku.

~~~~ lekár Maroš



Čo ak som cudzí štátny občan či občianka?



Čo je európsky preukaz zdravotného poistenia?

Je to bezplatný preukaz, ktorý umožňuje prístup k nevyhnutnej štátnej zdravotnej starostlivosti počas dočasného pobytu **v ktorejkoľvek z 27 krajín Európskej únie**, ako aj na **Islande, v Lichtenštajnsku, Nórsku** a vo **Švajčiarsku alebo v Spojenom kráľovstve** za rovnakých podmienok a za rovnaké ceny (v niektorých krajinách bezplatne), aké sa vzťahujú na osoby poistené v danej krajine. Európsky preukaz zdravotného poistenia vám zaručuje, že náklady na ošetrovanie vám budú uhradené. Kryté sú napríklad dávky poskytované v súvislosti s chronickými alebo existujúcimi chorobami, ako aj v súvislosti s tehotenstvom a pôrodom.

Európsky preukaz zdravotného poistenia:



Nie je alternatívou k cestovnému poisteniu. Nepokrýva súkromnú zdravotnú starostlivosť ani ďalšie náklady, ako napr. let či inú prepravu do vašej domovskej krajiny a už vôbec nie náhradu strateného alebo odcudzeného majetku.



Nepokrýva vaše náklady, ak vycestujete výslovne na účely vyhľadania lekárskej starostlivosti.

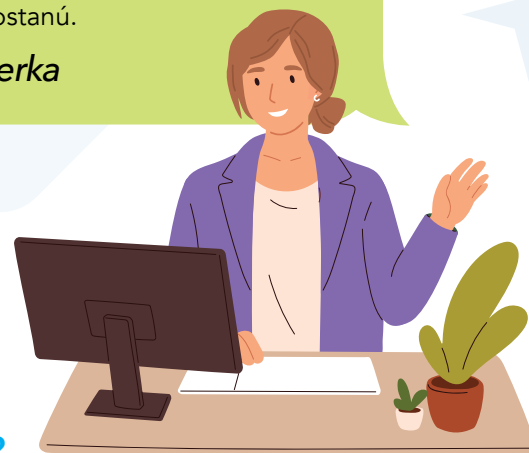


Nezaručuje bezplatné služby. Keďže systém zdravotnej starostlivosti je v každej krajine rozdielny, je možné, že služby, ktoré sú v domovskej krajine bezplatné, budú v inej krajine poplatné – napríklad kúpeľná liečba a podobne.



Unás vo firme pracuje mnoho ľudí, ktorí sú občania či občianky iných krajín. Aj keď majú zabezpečené poistenie, predsa sa nájde niekoľko odlišností v tom, ako je administrovaná zdravotná starostlivosť, ktorú u nás dostanú.

~~~~~ Vierka



Krajina, ktorá zodpovedá za vaše sociálne zabezpečenie a zdravotné poistenie, sa v **Európskej únii určuje podľa miesta vašej ekonomickej aktivity a miesta pobytu.**



Miesto pobytu je miesto, kde práve žijete – nemusí byť viazané na tzv. trvalý pobyt. Môže to byť prenájom, dokonca aj hotel. **Dôležitá je krajina, v ktorej sa zdržiavate a pracujete.**

### Pozor!

V prípade nemocničnej liečby v zahraničí bude vaša zdravotná poisťovňa vždy požadovať, aby ste vopred požiadali o povolenie. Náklady potom budú uhradené v súlade s podmienkami platnými v krajine, v ktorej dostanete ošetrovanie. Ak sú tieto podmienky menej priaznivé než podmienky, ktoré ponúka vaše vlastné zdravotné poistenie, rozdiel vám bude uhradený.



**Ak ste nedostali povolenie, vaše náklady na ošetrovanie nebudú automaticky pokryté.**



# Čo sú pracovný úraz a choroba z povolania?

**J**a som mal kedysi pracovný úraz. Nevedel som, čo mám robiť, bolo to nenápadné. Padol som a následky sa prejavili až o niekoľko mesiacov.

~~~~~ *starý otec Vlado*

Za škodu vzniknutú pri plnení pracovných úloh, pri ktorých bolo poškodené zdravie alebo prišlo k smrti úrazom, zodpovedá zamestnávateľ, u ktorého boli poškodený či poškodená v čase pracovného úrazu v pracovnom pomere.

Príčiny vzniku pracovného úrazu vyšetruje zamestnávateľ. Na záver vyšetrovania príčin vzniku pracovného úrazu vyplní záznam o registrovanom pracovnom úraze, ktorého vzor je uvedený vo vyhláške MPSVR SR č. 500/2006 Z. z. Záznam o registrovanom pracovnom úraze môže vyplniť zamestnávateľ aj v elektronickej podobe. Príčiny vzniku pracovného úrazu s následkom smrti alebo s ťažkou ujmom na zdraví vyšetruje aj inšpektorát práce príslušný pre kraj, v ktorom sa úraz stal.

§ 17 zákona č. 124/2006 Z. z. o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci

! Pracovný úraz

je také poškodenie zdravia, ktoré bolo zamestnancovi alebo zamestnankyni spôsobené pri plnení pracovných úloh alebo v priamej súvislosti s ním nezávisle od ich vôle krátkodobým, náhlým a násilným pôsobením vonkajších vplyvov.

! Choroba z povolania

je choroba uznaná príslušným zdravotníckym zariadením, zaradená do zoznamu chorôb z povolania, ak vznikla zamestnancovi alebo zamestnankyni pri plnení pracovných úloh, služobných úloh alebo v priamej súvislosti s nimi.

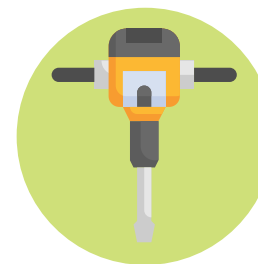
Zamestnávateľ zodpovedá za škodu, aj keď dodržal povinnosti vyplývajúce z osobitných predpisov a ostatných predpisov na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci, ak sa zodpovednosti nezbaví podľa § 196 Zákonníka práce.

~~~~~ *právnička Hana*

**Na ochranu pred chorobami z povolania** sú ustanovené špecifické požiadavky pre zamestnávateľov, ktorí sú povinní sledovať najmä problematiku:



hluku



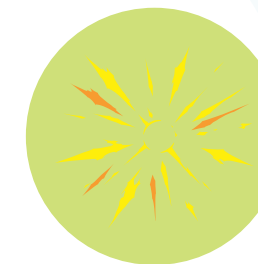
vibrácií



chemických látok



karcinogénnych a mutagénnych látok



ionizujúceho a neionizujúceho žiarenia

V záujme prevencie chorôb z povolania je **zamestnávateľ povinný** zabezpečiť posudzovanie zdravotnej spôsobilosti personálu na prácu a zabezpečiť aj vykonanie lekárskeho preventívneho prehliadok vo vzťahu k práci.

§ 30 zákona č. 355/2007 Z. z.

## Aké dávky môžu byť priznané pri chorobe z povolania a pracovnom úraze?



Náhrada za bolesť



Náhrada za sťaženie spoločenského uplatnenia



Jednorazové vyrovnanie



Úrazová renta



Náhrada spojená s liečením

# Na čo mám nárok, keď sa potrebujem starať o svojich blízkych?



Ošetrovné je nemocenská dávka, ktorú vypláca štát – teda Sociálna poisťovňa – osobe, ktorá sa krátkodobo alebo dlhodobo stará o niektorého člena rodiny, ktorý potrebuje celodennú starostlivosť a pomoc iného človeka. Má naň nárok každý, kto si platí nemocenské poistenie, teda odvody do Sociálnej poisťovne.

~~~~~ úradníčka Alena



- ✓ **Dobrovoľne nemocensky poistení ľudia**, ktorí si poistenie platili minimálne 270 dní, ktorí nemajú dlh voči Sociálnej poisťovni vo výške 5 € a viac.
- ✓ **Fyzické osoby**, ktorým vznikla potreba osobného a celodenného ošetrovania alebo potreba osobnej a celodennej starostlivosti po zániku nemocenského poistenia v ochrannnej lehote do 7 dní po zániku nemocenského poistenia.



Kto má nárok na ošetrovné?

- ✓ **Zamestnanci a zamestnankyne**, ktorí si platia nemocenské poistenie. Pozor! Pri niektorých pracovných pomeroch „na dohodu“ však nie je platba nemocenského poistenia automatická.
- ✓ **Samostatne zárobkovo činné osoby**, ktoré si v danom období platia nemocenské poistenie. Nevzťahuje sa však na živnostníkov a živnostníčky, ktorým je napríklad prvý rok podnikania odpustené platenie sociálneho poistenia. V prípade žiadosti o ošetrovné zároveň nesmiete mať dlh voči Sociálnej poisťovni vo výške 5 € a viac.

Krátkodobé ošetrovné

Trvá maximálne **14 dní** a vzniká od prvého dňa, keď je potrebné začať starostlivosť.



Dlhodobé ošetrovné

Trvá maximálne **90 dní** a vzniká od prvého dňa, keď je potrebné začať starostlivosť. Týka sa napríklad detí, ktoré majú dlhodobu nepriaznivý zdravotný stav, alebo starších členov rodiny, u ktorých bolo zistené štádium ochorenia na konci života.



Ako dlho vypláca Sociálna poisťovňa ošetrovné?

14-dňová OČR sa vypláca **max. 14 dní**, dlhodobá OČR sa vypláca **min. 30 a max. 90 dní**, termín výplaty ošetrovného je najneskôr **do konca nasledujúceho kalendárneho mesiaca**.



Ako často môžem poberať ošetrovné?

V zákone nie je nijako obmedzené, koľko dní musí uplynúť medzi jednotlivými dávkami ošetrovného (OČR), ani nie je nijako ohraňované, koľkokrát do mesiaca môže byť ošetrovné poskytnuté. Vždy však musí ísť o **novú diagnózu**, ak je to ďalšia OČR v priebehu kalendárneho mesiaca alebo nasledujúca OČR po predchádzajúcej OČR.

Aká je výška ošetrovného?

V roku 2024 má maximálne denné ošetrovné hodnotu **47,158375 €** (55 % z 85,7425 €). Dávka, ktorú Sociálna poisťovňa podľa zákona vypláca najviac za **14 dní**, tak dosiahne maximálnu **výšku 660,30 €**.



Kontroluje Sociálna poisťovňa, koľko hodín sa starám pri ošetrovnom?

Sociálna poisťovňa **neuvádza žiadne konkrétne pokyny správania sa**, ak ošetrujete člena rodiny. Kontroly a povolené vychádzky platia len pri pracovnej neschopnosti.



Rýchly kurz sebaobrany v zamestnaní v čase, keď ochorím



1.

Môže mi zamestnávateľ počas mojej pracovnej neschopnosti dávať písomné pracovné úlohy, ktoré mám vykonávať počas PN?

Podľa § 81 Zákonníka práce sú zamestnanci povinní v období, v ktorom majú podľa osobitného predpisu nárok na náhradu príjmu pri dočasnej pracovnej neschopnosti, dodržiavať liečebný režim určený ošetrojúcim lekárom. Je preto vylúčené, aby im zamestnávateľ v tomto období ukladal pracovné úlohy.



2.

Ak má zamestnanec potvrdenie, že nie je spôsobilý vykonávať prácu, ktorú robil doteraz, musí to firma akceptovať?

Zákonník práce ukladá zamestnávateľovi povinnosť preradiť zamestnancov na inú prácu, ak na základe lekárskeho posudku nie sú spôsobilí naďalej vykonávať svoju doterajšiu prácu (§ 58 Zákonníka práce). Lenže na preradenie nestačí len lekárska správa, prípadne nález – je potrebný lekársky posudok vydaný špecialistom, všeobecným lekárom, prípadne zdravotníckym zariadením.

Ľudia majú často pocit, že ak ochorejú, vystavujú sa tým nutnosti skončiť pracovný pomer. Nie je to, samozrejme, tak. Existuje množstvo možností, ako na pracovisku vytvoriť priestor na to, aby mohli aj ľudia so zdravotnými problémami či znevýhodnením alebo tí, ktorí sa starajú o svojich blízkych, fungovať a tvoriť hodnoty. Často stačí urobiť len malé zmeny. Aj preto ich chráni Zákonník práce.

právnicka Hana



3.

Po onkologickej liečbe som požiadal o preradenie na inú prácu, ale ponúkli mi nekvalifikovanú prácu, úplne mimo môjho odboru. Musím ju prijať?

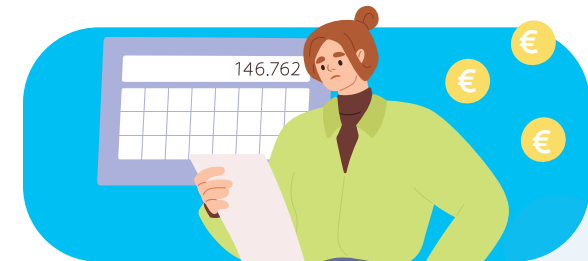
Pri preradení zamestnancov sa musí prihliadať najmä na to, aby bola nová pozícia vhodná najmä z hľadiska ich kvalifikácie a zároveň aby zodpovedala ich zdravotnej spôsobilosti. V prípade, ak takú pozíciu zamestnávateľ nemá, môže dať v zmysle § 63 ods. 1 písm. c) Zákonníka práce zamestnancovi výpoveď.

4.

Dohodli sme sa, že vzhľadom na môj zdravotný stav z podniku odídem. Nevie, aké odstupné si mám vyžiadať.

Zákonník práce umožňuje zamestnancovi ukončiť pracovný pomer aj dohodou so zamestnávateľom. Na základe § 76 ods. 2 Zákonníka práce, ak zamestnanec ukončí pracovný pomer dohodou z dôvodu, že nie je zdravotne spôsobilý naďalej vykonávať svoju prácu, patrí mu odstupné najmenej v sume:

- ✓ priemerného mesačného zárobku, ak pracovný pomer trval menej ako dva roky
- ✓ dvojnásobku priemerného mesačného zárobku, ak pracovný pomer trval najmenej dva roky a menej ako päť rokov
- ✓ trojnásobku priemerného mesačného zárobku, ak pracovný pomer trval najmenej päť rokov a menej ako desať rokov
- ✓ štvornásobku priemerného mesačného zárobku, ak pracovný pomer trval najmenej desať rokov a menej ako dvadsať rokov
- ✓ päťnásobku priemerného mesačného zárobku, ak pracovný pomer trval najmenej dvadsať rokov



5.

Môžem dostať výpoveď počas PN?

Obdobie práceneschopnosti je tzv. ochrannou lehotou, čo znamená, že práceneschopným zamestnancom môže dať zamestnávateľ výpoveď iba výnimočne, a to iba v prípade, ak sa zamestnávateľ ruší alebo zamestnanci závažne porušili pracovnú disciplínu. Aj počas práceneschopnosti sa môže pracovný pomer skončiť dohodou alebo uplynutím lehoty, pokiaľ bol dohodnutý na dobu určitú.

Čo ak sa môj zdravotný stav zmení trvalo a stanem sa invalidným?



Spoklesom príjmu sme boli uzrozmenejší, chceli sme len, aby sa Štefan uzdravil. Nemali sme plány. V tom čase, keď sme riešili invaliditu, sme nedúfali, že sa do zamestnania vráti. Ale stalo sa to. Len nie na pôvodnú pozíciu ani na plný úväzok. Zdravotný stav zmenil našu situáciu.

~~~~ manželka **Vierka**

**Okrem poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť patrí medzi podmienky nároku:**

✔ **potrebné obdobie dôchodkového poistenia, za ktoré ste vy, vaši zamestnávateľia alebo štát platili odvody do sociálnej poisťovne:**

- do 20 rokov – menej ako 1 rok
- od 20 rokov do 24 rokov – najmenej 1 rok
- nad 24 rokov do 28 rokov – najmenej 2 roky
- nad 28 rokov do 34 rokov – najmenej 5 rokov
- nad 34 rokov do 40 rokov – najmenej 8 rokov
- nad 40 rokov do 45 rokov – najmenej 10 rokov
- nad 45 rokov – najmenej 15 rokov

✔ **žadateľ nesmie spĺňať podmienky nároku na starobný dôchodok alebo mať priznaný predčasný dôchodok**

**Od čoho závisí výška invalidného dôchodku?**

- ✔ od dĺžky získaného obdobia dôchodkového poistenia pred vznikom invalidity
- ✔ od stanovenej miery poklesu schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť, ktorú stanovuje posudkový lekár Sociálnej poisťovne
- ✔ od výšky hrubých zárobkov (vrátane odvodov do Sociálnej poisťovne) žiadateľa či žiadateľky, ktoré za svoj pracovný život získal/-a



Odísť skôr do dôchodku je na Slovensku možné aj predčasne – **nie však skôr než dva roky pred dovŕšením dôchodkového veku, po odpracovaní 40 rokov alebo z dôvodu invalidity.**



**Pri výpočte dávky sa rozlišuje, či poistencovi alebo poistienke poklesla schopnosť vykonávať zárobkovú činnosť o viac ako 70 % a či ide o osobu staršiu ako 20 rokov.**



Lehota na rozhodnutie o priznaní dôchodku je **60 dní odo dňa spísania žiadosti o dôchodok**. Doručené bude poštou alebo do e-schránky.



**A**k má človek viacero závažných diagnóz, posudzujúci lekári berú do úvahy len tú, ktorá je rozhodujúca pre pokles schopnosti vykonávať zárobkovú činnosť. Ostatné diagnózy síce môžu mieru poklesu navýšiť, no spolu najviac o 10 %.

~~~~ úradníčka **Alena**



Musí zamestnanec oznámiť zamestnávateľovi, že sa stal invalidným?

Áno. Mení sa totiž aj výška odvodov – a o tom musí byť zamestnávateľ informovaný.

~~~~ právnička **Hana**



## Čo je invalidita?

Invalidita je taký dlhodobý nepriaznivý zdravotný stav, ktorý spôsobí pokles schopnosti pracovať **o viac ako 40 %** v porovnaní so zdravým človekom a pretrváva alebo je predpoklad, že bude pretrvávať **viac ako rok**.

## Čo ak sa môj zdravotný stav zmení natrvalo a stanem sa invalidným?



**K**ed' som išiel žiadať o zmenu v zamestnaní – o preradenie z dôvodu zdravotného stavu – bol som nervózny. Vôbec som nevedel, čo mám očakávať. Ale je niekoľko postupov, ktoré mi pomohli zorientovať sa.

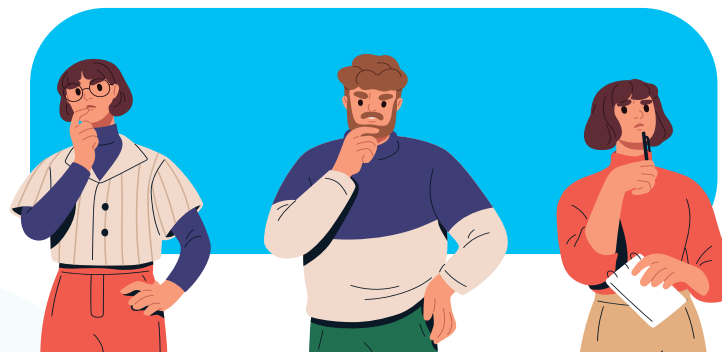
~~~~~ Štefan



2.

Rozhovor o zmene v náplni práce nie je o vzťahoch, ale o pravidlách

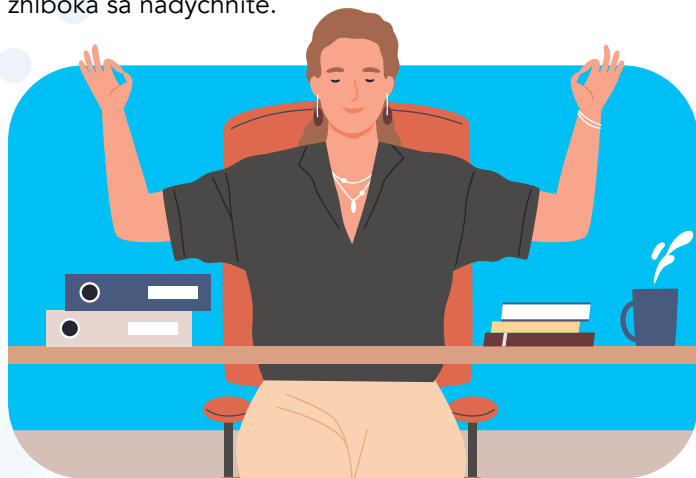
Mnoho ľudí má z rozhovoru o zmenách v zamestnaní strach, pretože si myslia, že stratia pozíciu. Iste: firma bude musieť zmeniť zabehaný rytmus. Vždy majte na pamäti, že váš šéf či šéfka pre vás zastupuje záujmy spoločnosti a bude sa snažiť, aby všetko išlo po starom, aby sa čo najmenej ohrozil chod a iní ľudia. Práve preto majte nachystaný plán, varianty toho, ako premýšľate o svojej práci a kam vás pustí zdravotný stav.



1.

Načo skrývať nervozitu?

Ved' je to len znak toho, že téma je pre vás dôležitá. Netreba sa pretvarovať. Stačí sa naučiť niekoľko trikov, ktoré vás udržia v pozore: hovorte pomaly, stojte na mieste, zhlboka sa nadýchnite.



3.

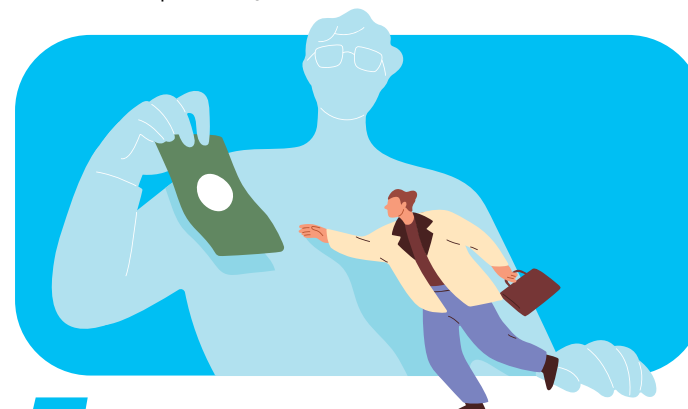
Nehovorte o zvýšení či znížení platu, ale o zmene

Majte na mysli, že ak sa mení vaša pozícia, môže sa to dotknúť aj vášho platu. Pripravte sa na to a skúste prispôbiť svoj plat svojmu výkonu v spoločnosti a štandardným platom na trhu.

4.

Nechod'te pod svoje možnosti

Pozrite sa, ako sa podobné situácie riešia v podobných organizáciách. Dobré príklady vždy vytvárajú priestor na hľadanie podobných riešení.



5.

Stanovte si ciele

Netreba chcieť všetko hneď, nič nemusí byť navždy. Pokúste sa vyjednávať nové postavenie vo firme na etapy. Dohodnite si, ako budete so zamestnávateľom postupne hodnotiť fungovanie zmien, napríklad v trojmesačných intervaloch.

6.

Dobré vyjednávanie závisí od dobre volených slov

„Za akých okolností by sme sa vedeli dohodnúť?“ je tá najlepšia formulácia pri vyjednávaní o zmenách. Otvárate ňou cestu k dialógu.



7.

Poznajte svoju hodnotu

Ak sa aj cítite „zahnaní do kúta“, odpovedajte pokojne a opatrne. Nenechajte sa vyviešť z miery, žiadne veľké gestá, žiadny zvýšený hlas. Držte sa faktov, výsledkov, čísiel.

8.

Niekedy to jednoducho nejde. Poďakujte sa – aj za nie

Každý šéf či šéfka má právo povedať nie vašim požiadavkám. Sú totiž situácie, keď nemôžete vyhrať. Niekedy jednoducho nie je na to rozpočet, nedá sa nájsť iná pozícia. Milé slová neprinesú ovocie okamžite, ale často majú trvalý účinok. Napríklad sa rozhodnutie dá odložiť, či sa dajú vyjednať lepšie podmienky.

Čo si môžeme na Slovensku priplatiť?

Myslíte si, že si na Slovensku môžete pripoistiť zdravotné poistenie, ktoré by vám v čase choroby alebo úrazu zabezpečilo zvýšenie štandardu liečby alebo ošetrovania? Pri zdravotnom poistení to nie je možné. Náš systém je nastavený solidárne a takmer všetko uhrádzajú zdravotné poisťovne z verejného zdravotného poistenia. Existuje však veľa možností, čo si môžete priplatiť navyše.

Prečo sa ľudia, ktorí cestujú krížom-krážom, nemajú spoliehať len na európsky preukaz poistenca?

1. Európsky preukaz poistenca **neponúka asistenčnú službu**, čo znamená, že v prípade ochorenia alebo úrazu vám nemá kto poradiť, ako máte postupovať.

Ako vám môžem pomôcť?

2. Uzatvoriť komerčné poistenie, ktoré pokryje náklady v prípade, že vás budú musieť v zahraničí ošetriť alebo liečiť, je dôležité. Pri výbere poistenia si treba dať **pozor na destináciu** (liečebné náklady sa v jednotlivých krajinách líšia) a účel cesty – či je to šport, práca a pod.



Podľa § 8 zákona č. 577/2004 sa z verejného zdravotného poistenia neuhrádza najmä:

- ✗ medicínsky potrat (interrupcia), ak nejde o zákrok zo zdravotných dôvodov
- ✗ sterilizácia, tuboplastika alebo vazoplastika po predchádzajúcej sterilizácii
- ✗ umelé oplodnenie (viac ako 3 cykly výkonov asistovanej reprodukcie)
- ✗ zdravotná starostlivosť, ktorá nie indikovaná zo zdravotných dôvodov, napr. plastické operácie
- ✗ náklady spojené s klinickým skúšaním a náklady spojené s liečbou komplikácií alebo vzniknuté v ich dôsledku
- ✗ starostlivosť o duševné zdravie poskytovaná poradenským psychológom a pracovným psychológom

Platíte aj za vyšetrenia na administratívne účely:

- ✗ vyšetrenie pred prijatím do výchovno-vzdelávacích ústavov
- ✗ vyšetrenie po získaní vodičského preukazu
- ✗ vyšetrenie pred športovou súťažou
- ✗ vyšetrenie pre poisťovňu
- ✗ vydávanie lekárskeho potvrdení
- ✗ bližšie neurčené vyšetrenie na administratívne účely

! Za 1 km prepravy sanitkou platíte 0,10 €. Okrem tých:

- ✓ ktorí chodia do chronického dialyzačného programu, do odberového programu alebo do transplantáčného programu
- ✓ ktorým sa poskytuje onkologická alebo kardiochirurgická liečba
- ✓ majú ťažké zdravotné postihnutie a sú odkázaní na individuálnu prepravu osobným motorovým vozidlom
- ✓ ktorých prepravujú z jednej nemocnice do druhej na základe rozhodnutia nemocnice
- ✓ sú nositeľmi ocenenia najmenej zlatej Janského plakety
- ✓ ktorým sa poskytuje sociálna služba v zariadení pre seniorov, zariadení opatrovateľskej služby, domove sociálnych služieb alebo špecializovanom zariadení



Kolko platím, ak chcem ostať s blízkym človekom v nemocnici?

Sprievodná osoba platí **3,30 € na deň**, pričom prvý a posledný deň sa rátajú ako jeden deň.

Od platby poplatku sú oslobodení:

- ✓ sprievodné osoby dieťaťa do troch rokov veku
- ✓ dojčiaci matka s dojčatom
- ✓ sprievodcovia osoby do 18 rokov veku prijatej na onkologickú liečbu
- ✓ dojča, ak je jeho sprievodkyňou dojčiaci matka
- ✓ dojčiaci matka, ak ju sprevádza jej dojča



Kedy a ako sa žena chráni pred rakovinou?*



Na prevencii nám záleží

Poslaním **Ligy proti rakovine** nie je len pomoc pacientom a pacientkam a ich blízkym, ale aj informovanie ľudí na Slovensku, aby dokázali ochoreniu predísť. Každoročne realizujeme desiatky edukačných podujatí, kampaní a prednášok pre firmy a školy. V spolupráci s odbornou komunitou vytvárame a distribuujeme vzdelávacie materiály o prevencii, informácie o liečbe, sociálnej, právnej a psychologickej pomoci pre pacientov a pacientky.

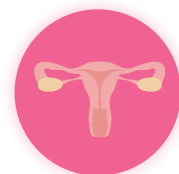


Viac informácií o aktuálnych skriningových programoch nájdete na stránke:

www.onkokontrola.sk



rakovina kože



rakovina krčka maternice

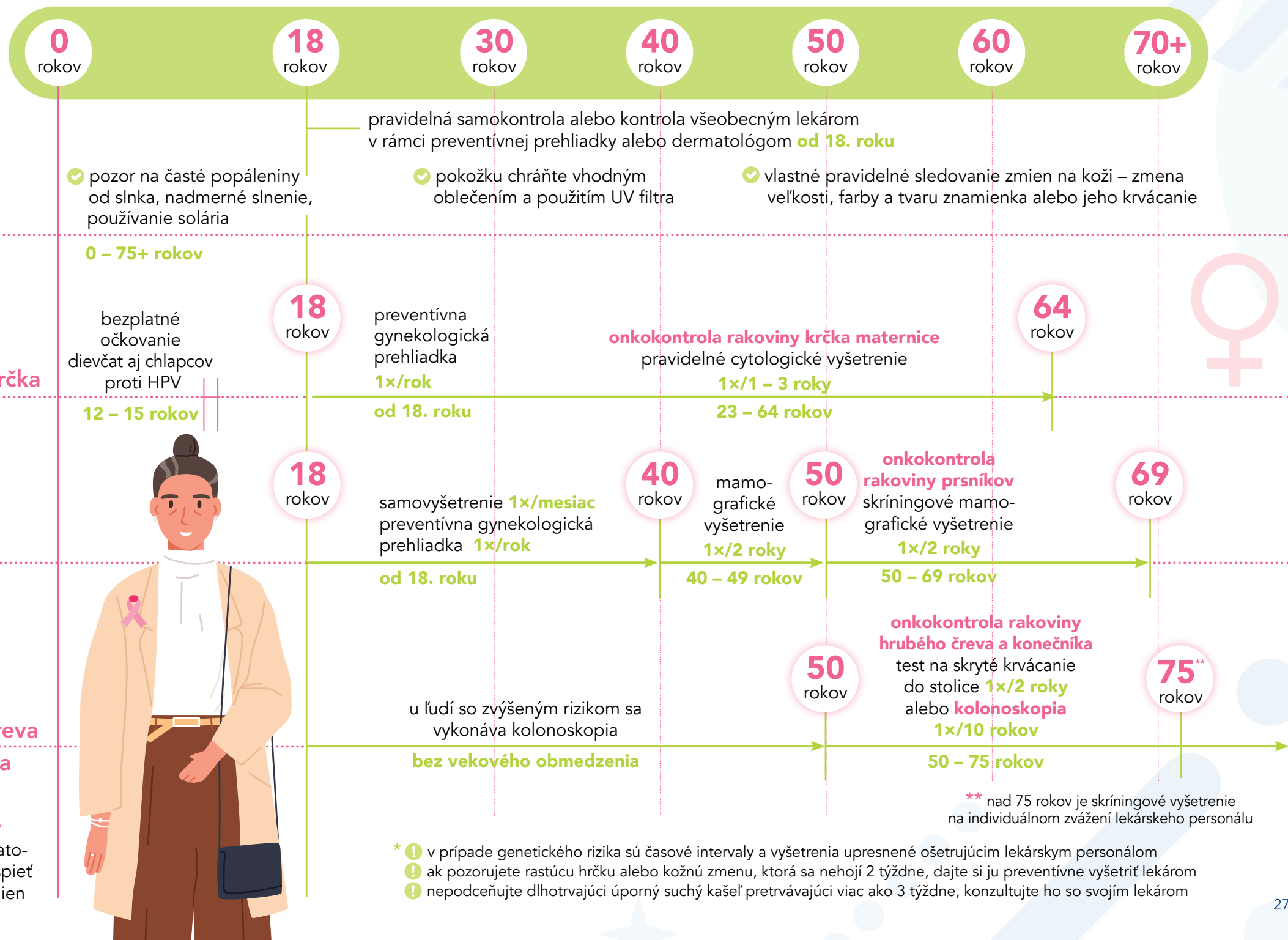


rakovina prsníka



rakovina hrubého čreva a konečníka

rakovina ústnej dutiny
– pravidelné kontroly v stomatologickej ambulancii môžu prispieť k objaveniu rakovinových zmien v ústnej dutine



* ! v prípade genetického rizika sú časové intervaly a vyšetrenia upresnené ošetrojúcim lekárskeým personálom
! ak pozorujete rastúcu hrčku alebo kožnú zmenu, ktorá sa nehojí 2 týždne, dajte si ju preventívne vyšetriť lekárom
! nepodceňujte dlhotrvajúci úporný suchý kašeľ pretrvávajúci viac ako 3 týždne, konzultujte ho so svojim lekárom

** nad 75 rokov je skriningové vyšetrenie na individuálnom zvažení lekárskeho personálu



LIGA PROTI
RAKOVINE



Liga proti rakovine vám
poskytuje tieto **bezplatné služby:**



Onkoporadňa

Individuálne poradenstvo s rôznymi odborníkmi pre onkologických pacientov a ich blízkych – **0800 11 88 11** alebo **poradna@lpr.sk**.

Sieť onkopsychológov

Odborné poradenstvo a individuálna psychologická podpora naprieč Slovenskom pre onkologických pacientov a príbuzných počas a po liečbe.

Podporné skupiny pre pacientov, príbuzných a pozostalých

Skupinová vzájomná podpora ľudí, ktorí sa ocitli v podobnej životnej situácii pod vedením onkopsychológa.

Sprievodca

Mapuje individuálne potreby pacienta priamo vo vybraných nemocniciach a následne poskytuje užitočné a praktické rady a informácie.

Jednorazový finančný príspevok

Finančná podpora pre onkologických pacientov, ktorí sa ocitli v dôsledku ochorenia v hmotnej núdzi.

Krátkodobé ubytovanie

Možnosť ubytovania rodičov počas hospitalizácie dieťaťa alebo onkologických pacientov počas liečby.

Parochne pre pacientky

Vďaka nášmu projektu „Vystrihaj sa Slovensko“ darujeme pre pacientky parochne zo živých či umelých vlasov.

Programy v Centrách pomoci v Bratislave, Košiciach a Martine

Celoročné vzdelávacie, pohybové a voľnočasové aktivity pre onkologických pacientov.

Rodinné a relaxačné pobyty

Pobyty poskytujúce relax a možnosť zotavenia sa s programom prispôbeným potrebám jednotlivcov ako i celých rodín.

Prevenia

Informovanie verejnosti edukačnými podujatiami a kampaňami, prednášky pre firmy a školy. Materiály pripravované odborníkmi distribuujeme do zdravotníckych zariadení a individuálnym záujemcom.

Advokácia pacienta

Naše skúsenosti a kontakty nám umožňujú komunikovať s príslušnými inštitúciami doma i v zahraničí s cieľom dosiahnuť lepšiu starostlivosť o onkologických pacientov a znižovať výskyt rakoviny v spoločnosti.

Vzdelávanie zdravotných sestier

Pre skvalitnenie komunikácie a odovzdávanie užitočných informácií v sociálnej oblasti realizujeme vzdelávanie zdravotných sestier pracujúcich s onkologickým pacientom.

Supervízia onkopsychológov a sociálnych pracovníkov

Realizujeme pravidelné supervízne stretnutia, ktoré umožňujú výmenu skúseností a kontinuálne vzdelávanie.



**SPOJTE SA
S NAMI**

@ lpr@lpr.sk
🌐 www.lpr.sk
☎️ +421 2/5292 1735



**NÁJDETE NÁS AJ NA
SOCIÁLNYCH SIEŤACH**

f LIGA PROTI RAKOVINE (LPR)
📷 @ligaprotirakovine