

Information om social- och hälsovård

När man själv eller en närstående insjuknar, väcker det ofta många frågor – också om vårt social- och hälsovårdssystem.

Det lönar sig inte att brottas ensam med ovissheten. På denna sida har vi sammanställt social- och hälsovårdsinformation till stöd för dig.

Tack vare [Översiktskartan över social trygghet](#) är det lättare att hitta de instanser där långtidssjuka kan ansöka om social- och hälsovårdstjänster samt ekonomiskt stöd. I listan finns information om vilka tjänster det finns och vem som erbjuder tjänsterna. Översiktskartan kan delas ut till alla som är i behov av den, såväl till personer som själva insjuknat som till vårdpersonal.

Nyheter inom social- och hälsovård år 2021 (pdf)

Vid ytterligare frågor om social trygghet, kontakta

- [Reumaförbundets servicetelefoner](#)
- socialarbetaren eller rehabiliteringsledaren på din egen vårdenhet
- FPA på nätet, per telefon eller med tidsbokning
- socialtjänsten i din hemkommun, och i specifika ärenden skattebyrån
- kontaktpersonen för rehabiliteringsärenden i din egen reuma-/tules-förening samt service- och patientombud, se [medlemsföreningar](#).

SAMS - Juridiskt ombud

[Juridiskt ombud](#) är en juridisk stödfunktion inom det finlandssvenska funktionshinderområdet, vars syfte är att ge service till alla funktionshindergrupper i Svenskfinland.

Asiakasmaksut ja korvaukset 2021

Lääkekorvaukset

Saat korvausta lääkkeistä, kliinisistä ravintovalmisteista ja perusvoiteista, jotka on määrätty

lääkemääräyksellä sairautesi hoitoon. Kaikki reseptilääkkeet eivät ole korvattavia. Korvausta maksetaan sen jälkeen, kun alkuomavastuu on täyttynyt. Alkuomavastuu on 50 euroa kalenterivuodessa. Alkuomavastuu ei koske lapsia ja nuoria. Sitä sovelletaan vasta sen vuoden alusta, jolloin täyttää 19 vuotta.

Kela maksaa lääkekorvauksia kolmessa korvausluokassa. Peruskorvaus on 40 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta, alempi erityiskorvaus on 65 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta. Ylempi erityiskorvaus on 100 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta, mutta asiakas maksaa 4,50 euron omavastuun jokaisesta ostamastaan lääkkeestä.

Reseptillä ostettavan valmisteen hintaan lisätään apteekissa lääketaksan mukainen toimitusmaksu 2,39 euroa. Jos lääkkeesi on korvattava, saat korvauksen myös toimitusmaksusta.

Maksat vuosittain itse korvattavista lääkkeistäsi korkeintaan lääkekaton verran eli 579,78 euroa. Tämän täyttymisen jälkeen jokainen korvattava lääke maksaa sinulle omavastuusuuden eli 2,50 euroa.

Erityisen kallista lääkettä (yli 1000 euroa pakkaus) voi ostaa yhdellä kerralla määrän, jolla lääkekustannusten vuosiomavastuu ylittyy. Tämän jälkeen lääkettä korvataan normaalisti kuukauden hoitoaikaa vastaava määrä kerrallaan. Uusi lääke-erä korvataan, kun edellinen on käytetty annosteluohjeen mukaisesti lähes kokonaan loppuun.

Muille korvattaville valmisteille on myös toimitusväli. Korvausta voi saada uudesta lääkkeen, kliinisen ravintovalmisteen ja perusvoiteen erästä sen jälkeen, kun aiemmin ostettu erä on käytetty lähes kokonaan lääkkeen määrääjän antaman ohjeen mukaisesti.

Lääkereseptien voimassaoloaika on kaksi vuotta.

[Lisätietoa Kelasta](#)

Matkakorvaukset

Kela korvaa julkiseen tai yksityiseen sairaanhoitoon, raskauteen ja synnytykseen sekä kuntoutukseen liittyviä matkoja. Matkat tulee tehdä halvimalla kulkuvälineellä.

Maksat yhteen suuntaan tehdystä matkasta 25 euron omavastuusuuden. Kela korvaa sen ylittävät tarpeelliset matkakustannukset. Jos matkasi kustannus jää alle yhdensuuntaisen matkan omavastuun 25 euroa, maksat matkan kokonaan itse. Myös tämä matkakustannus kerryttää vuotuista omavastuusuuttasi, mikäli ilmoitat sen Kelaan.

Jos matkakustannustesi omavastuut kalenterivuoden aikana ylittävät 300 euroa, Kela maksaa ylittävän osan tarpeellisista matkakustannuksista kokonaan.

Myös perheenjäsenen tai saattajan matkoja korvataan.

Taksimatkat

Kela korvaa taksilla tehtyjä matkoja terveydenhuoltoon, jos asiakas ei voi käyttää terveydentilansa vuoksi edullisempaa kulkuneuvoa tai jos julkisia liikenneyhteyksiä ei ole

käytettävissä. Korvauksen saamiseksi asiakkaalla tulee olla terveydenhuollon antama todistus (SV 67).

Huomioithan, että Kela maksaa korvauksen taksimatkasta vain, kun se on tilattu alueellisesta tilausnumerosta. [Lisätietoa ja alueelliset tilausnumerot](#)

[Kela matkakorvaukset](#)

Muut Kelan korvaukset

Kela korvaa myös esimerkiksi osan yksityislääkäripalkkioista ja yksityislääkäri määräämistä tutkimus- ja hoitokuluista sekä osan yksityisen hammaslääkäri ja suuhygienistin palkkioista sekä hammaslääkäri määräämistä tutkimuskuluista.

[Lisätietoja Kelasta.](#)

Kelan etuudet

Kela maksaa etuuksia lainsäädäntöön perustuen. Kaikkien etuuksien euromäärät näet [Kelan sivuilta.](#)

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksut

Valtio määrittää enimmäismaksun, jonka kunta saa periä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista. Kunta ja sairaanhoitopiiri voivat päättää näissä rajoissa minkä verran maksuja he perivät. Tarkat tiedot maksuista löydät siis kuntasi sosiaali- ja terveydenhuollosta.

Terveydenhuollon maksukatto on 683 euroa. Sen täyttymisen jälkeen maksukattoon kuuluvat palvelut ovat maksuttomia loppu vuoden.

Maksukattoa kerryttävistä maksuista esimerkiksi terveyskeskuksen avosairaanhoidon lääkäripalvelujen vuosimaksu on tänä vuonna 41,20 euroa tai vaihtoehtoisesti kolme terveyskeskuskäyntiä 20,60 euroa käynti.

[Lisätietoa enimmäismaksuista](#)

Hae tarvittaessa tukea maksuihin

Mikäli maksut alkavat olla liikaa, kannattaa rohkeasti pyytää tukea esimerkiksi oman kunnan sosiaalitoimesta.

[Kelasta voi hakea toimeentulotukea](#) esimerkiksi sosiaali- ja terveystalveluiden maksuihin sekä lääkkeisiin.

Hoitavalta taholta on mahdollista pyytää sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksulain mukaista maksun alentamista tai perimättä jättämistä. Lue lisää [Reuma-lehdessä](#) olleesta kirjoituksesta.

[Sosiaaliturvan Suunnistuskartasta](#) voit löytää muita tarvitsemiasi tukia ja [Reumaliiton sosiaaliturvaneuvontaan](#) voi tarvittaessa olla yhteydessä.

[Terveydenhoito](#)

Jokaisella on oikeus riittäviin terveystalveluihin. Alta löydät pitkäaikaissairaalle suunnattua tietoa terveyteen liittyvistä palveluista, tuista, mahdollisuuksista ja oikeuksista.

Terveystalvelujärjestelmä

Suomessa terveydenhuolto jakaantuu [julkiseen terveydenhuoltoon](#), [työterveyshuoltoon](#) ja [yksityiseen terveydenhuoltoon](#). Lisäksi [Ylioppilaiden terveydenhoitosäätiö YTHS](#) tarjoaa palveluja yliopisto- ja korkeakouluopiskelijoille

[Sairastavan mahdollisuudet kuvana](#)

Hoitopaikan ja -henkilön valinta

Voit valita haluamasi hoitopaikan ja -henkilön tietyin ehdoin Suomessa. Esimerkiksi [Suomi.fi-sivustolta](#) löydät siitä lisätietoa.

Hoitoon ulkomailla

Saat Kela-korvausta kiireettömästä hoidosta toisessa EU- tai ETA-valtiossa tai Sveitsissä, mikäli hoito on korvattava myös Suomessa. Tiesitkö, että voit pyytää eurooppalaista lääkemääräystä, jolla voit hankkia lääkkeitä edellä mainituissa maissa.

- [Hoitopaikanvalinta-nettisivusto](#)
- [Ulkomaille, Sosiaaliturvaopas](#)

Asiakkaana terveydenhuollossa

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakkaalla on oikeuksia ja velvollisuuksia.

Saatat kaivata tietoa muun muassa terveys- ja hoitosuunnitelmasta, hoitoon pääsyn ajoista, potilas- ja lääkevahingoista sekä valituskeinoista. Perustuslaki velvoittaa valtiota ja kuntia turvaamaan jokaiselle oikeuden riittäviin sosiaali- ja terveyspalveluihin.

- [Hoitopaikanvalinta-sivusto](#)
- [Asiakkaana sosiaali- ja terveydenhuollossa, Sosiaaliturvaopas](#)
- [Asiakkaan ja potilaan oikeudet \(STM\)](#)

Kuntoutus

Kuntoutuksella parannetaan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Kuntoutus on tärkeää sairaudesta toipumisessa.

- [Reumaliiton kuntoutustoimintaa](#)
- [Kuntoutussäätiön opas kuntoutuksesta](#)
- [Kuntoutumistalo](#)
- [Kuntoutus Suomi.fi](#)

B-lääkärinlausunto

B-lausunto on tärkeä esimerkiksi lääkkeiden erityiskorvausta, kuntoutusta, työkyvyttömyyseläkettä tai pitkäaikaista sairauspäivärahaa haettaessa.

B-lääkärinlausunto on yksityiskohtainen selvitys sairaudesta, tutkimuksesta, ennusteesta, mahdollisista suunnitelluista jatkotoimenpiteistä, kuntoutustarpeesta ja lääkehoidosta.

Etuuden, kuntoutuksen tai eläkkeen saamiseksi on tärkeää, että lausunto on mahdollisimman selkeä ja kattava.

- [Lääkärintodistuksen kirjoittaminen \(Lääkäriliitto\)](#)
- [Reuma-lehti 4/12: Kuntoutusta puoltava B-lausunto on selkeä, perusteltu ja monipuolinen:](#)

Apuvälineet

Tuki- ja liikuntaelinsairaalle oikeanlainen apuväline voi helpottaa arkea huomattavasti.

Erilaisia apuvälineitä on paljon. Esimerkiksi reumasairaille sellaisia ovat niveltuet ja lastat, tukikaulus ja ergonomisesti muotoillut työ- ja ruokailuvälineet.

Lainsäädäntömme turvaa, että kansalaiset, joiden toimintakyky on heikentynyt sairauden, vamman tai kehitysviivästyksen takia, saavat tarvitsemansa apuvälineet maksutta.

Apuvälinepalveluun kuuluu apuvälinetarpeen arviointi, apuvälineen sovitustarpeiden hankinta, käytön opetus ja seuranta sekä apuvälineen huolto ja korjaus.

- [Apuvälinepalvelut, Terveyskylä](#)
- [Apuvälineet, Sosiaaliturvaopas](#)

SOTE-uudistus

Sosiaali- ja terveydenhuollon uudistuksen eli niin kutsutun sote-uudistuksen myötä sosiaali- ja terveydenhuolto sekä pelastustoimi siirtyvät nykyisiltä kunnilta, sairaanhoitopiireiltä ja erityishuoltopiireiltä uusille hyvinvointialueille vuoden 2023 alusta lähtien.

Hyvinvoinnin ja terveyden edistämisestä vastaavat tuolloin hyvinvointialueet ja kunnat yhdessä.

Hyvinvointialueita muodostetaan Suomeen 21, joiden lisäksi Helsingin kaupungille jää edelleen sosiaali- ja terveydenhuollon ja pelastustoimen järjestämisvastuu.

Uudenmaan erillisratkaisun perusteella Uudellamaalla hyvinvointialueita on neljä. Lisäksi Uudellamaalla erikoissairaanhoidon järjestämisestä vastaa HUS-yhtymä. Terveydenhuollon järjestämisvastuu jakautuu laissa ja HUS-järjestämissopimuksessa erikseen määriteltävällä tavalla alueen hyvinvointialueiden, Helsingin kaupungin ja HUS-yhtymän välillä.

Hyvinvointialueen ylin päättävä toimielin on suorilla vaaleilla valittava aluevaltuusto. Ensimmäiset vaalit järjestetään 23. tammikuuta 2022.

Hyvinvointialueen toimintaa johdetaan aluevaltuuston hyväksymän hyvinvointialuestrategian mukaisesti ja aluevaltuusto päättää myös hyvinvointialueen organisaatorakenteesta.

Hyvinvointialueiden toiminta rahoitetaan pääosin valtion rahoituksella ja osaksi palvelujen käyttäjiltä perittävillä asiakasmaksuilla.

Uudistusta toimeenpannaan käytäntöön muun muassa [Tulevaisuuden sosiaali- ja terveyskeskus -hankkeella](#)

Lue lisää [sote-uudistuksen nettisivuilta](#)

Sote-uudistus alueellasi

Kunkin hyvinvointialueen lähtötilanne sote-uudistuksen toimeenpanoon on erilainen. Oman alueesi tilanteesta saat tietoa esimerkiksi [interaktiivisesta hyvinvointialuekartasta](#). Sen kautta pääset seuraamaan sote-uudistuksen etenemistä alueellisissa kehittämishankkeissa.

SOSTEn koordinoima [Sote-muutostuki](#) työskentelee sen puolesta, että järjestöt varmistavat paikkansa sote-uudistuksen jälkeisessä Suomessa. Hankkeessa on työntekijä jokaiselle alueelle Suomessa. Ole heihin tarvittaessa rohkeasti yhteydessä!

[Maakuntien verkostojärjestöjen neuvottelukunta](#) on valtakunnallinen toimija, joka edistää maakuntien järjestöjen keskinäistä yhteistyötä sekä maakuntien ja valtakunnallisen vuoropuhelua.

Toiminnan tavoitteena on tukea maakunnissa toimivien järjestöjen toimintaedellytyksiä sekä vahvistaa niiden äänen kuulumista valtakunnallisessa vaikuttamistoiminnassa. Neuvottelukunnassa olevat verkostojärjestöt edustavat laajasti maakuntien järjestökenttää, ja neuvottelukunnan ytimessä ovat sosiaali- ja terveystajärjestöt.

Uudistuksen toimeenpanoon kannattaa vaikuttaa alueilla!

Yhdistysten ja yksittäisten jäsenten kannattaa vaikuttaa siihen millaisiksi sosiaali- ja terveydenhuollon palvelut ja järjestöjen mahdollisuudet rakennetaan omalla alueella.

Reumaliiton viesti hyvinvointialueiden rakentamiseen ja aluevaaleihin 2022 on, että alueiden yhdistysten toimintaedellytykset tulee turvata sekä reuma- ja tule-sairauksien hoitopolut tehdä sujuviksi. [Lue lisää vaikuttamisen nettisivuilta.](#)

SOSTEn johtaja Anne Knaapi kirjoittaa [blogissaan](#) kuinka järjestöjen on tärkeää vaikuttaa jo väliaikaiseen hallintoon ennen varsinaisia aluevaltuustoja keväällä 2022. Tällöin asioita pohjustetaan ja valmistellaan, jolloin ratkaisut alkavat muokkautua ja jopa urautua. Hän myös antaa hyviä vinkkejä siitä, [keihin käytännössä olla yhteydessä.](#)

Lisäksi [vinkkejä](#) vaikuttamiseen löydät Tuija Braxin kirjoituksesta sekä Reumaliiton yhdistysnetistä. SOSTEn järjestämän [koulutuksen materiaaleista](#) saat myös lisätietoja.

Tule keskustelemaan sote-uudistuksesta!

Mitä sote-uudistuksesta tiedetään nyt? -keskustelutilaisuus virtuaalisesti ma 30.8.2021 klo 14-15.30 sekä ti 2.11.2021 klo 17.30–19.

[Lisätietoa ja ilmoittautuminen](#)

[Reumaliiton viimeisin lausunto sote-uudistukseen](#)

[Sosiaaliturva](#)

Sosiaaliturvaa pitkäaikaissairaalle

Sosiaaliturvan tarkoitus on tukea ihmisiä esimerkiksi sairauden kohdatessa. Suomessa sosiaaliturvaa tarjoavat monet eri tahot, monin eri tavoin.

Jokaisen sairastuneen elämän kokonaistilanne on erilainen. Tärkeää on selvittää, mitä apua juuri sinun tilanteeseen on saatavilla ja kuka sitä tarjoaa. Monesti oma aktiivisuus tukien hakemisessa on ratkaisevaa.

Sairastuneelle ja hänen läheisilleen järjestelmä voi vaikuttaa monimutkaiselta ja etuuksien hakeminen vaivalloiselta. Omia oikeuksia ja mahdollisuuksia kannattaa kuitenkin selvittää.

Yksin ei kannata jäädä, vaan pyydä tarvittaessa apua tilanteesi selvittämisessä! Alle on koottu yleisimpiä kysymyksiä.

Mistä löydän tietoa sosiaaliturvasta?

Sosiaaliturvan selkiyttämiseksi Reumaliitossa on koottu [Sosiaaliturvan suunnistuskartta](#). Se kertoo, mitä palveluja ja tukia on olemassa sekä ketkä niitä tarjoavat. Tuen tarjoajilta kannattaa kysyä rohkeasti lisätietoa. Verkkoversiosta löytyvät myös linkit tuen tarjoajien omille sivuille, mikä helpottaa lisätietojen etsimistä.

[Järjestöjen Sosiaaliturvaoppaasta](#) löydät syventävää tietoa sairastuneen sosiaaliturvasioista.

Hyvä apu sosiaaliturvaviidakossa on myös oma [paikallinen reumayhdistyksesi](#). Heiltä voi saada tietoja esimerkiksi oman kunnan tarjoamasta sosiaaliturvasta ja vertaistukea.

Kuntasi sosiaalityöntekijä tai -ohjaaja osaavat auttaa sinua eteenpäin. [Reumaliitolla on myös sosiaaliturvaohjausta](#), mikäli et tiedä miten omassa tilanteessasi edetä.

Mitä korvauksia saan lääkekuluista?

Saat korvausta lääkkeistä, kliinisistä ravintovalmisteista ja perusvoiteista, jotka on määrätty lääkemääräyksellä sairautesi hoitoon. Kaikki reseptilääkkeet eivät ole korvattavia.

Korvausta maksetaan sen jälkeen, kun 50 euron alkuomavastuu on täyttynyt. Alkuomavastuu ei koske lapsia ja nuoria. Sitä sovelletaan vasta sen vuoden alusta, jolloin täyttää 19 vuotta.

Kela maksaa lääkekorvauksia kolmessa korvausluokassa. Peruskorvaus on 40 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta, alempi erityiskorvaus on 65 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta. Ylempi erityiskorvaus on 100 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta, mutta asiakas maksaa 4,50 euron omavastuun jokaisesta ostamastaan lääkkeestä.

Maksat vuosittain itse korvattavista lääkkeistäsi korkeintaan lääkekaton verran eli 579,78 euroa vuonna 2021. Tämän täyttymisen jälkeen jokainen korvattava lääke maksaa sinulle omavastuusuuden eli 2,50 euroa.

Kelasta voi hakea [toimeentulotukea lääkekustannuksiin](#), mikäli taloudellinen tilanne on haastava.

[Lisätietoa Kelasta](#)

Mitä maksuja tulee terveydenhoidosta julkisella puolella?

Valtio määrittää enimmäismaksun, jonka kunta saa periä sosiaali- ja terveydenhuollon palveluista. Kunta ja sairaanhoitopiiri voivat päättää näissä rajoissa minkä verran maksuja he perivät. Kuntasi maksut löydät siis oman alueesi sosiaali- ja terveystoimesta.

[Sosiaali- ja terveystoimen netisivuilta](#) näet maksujen ajantasaiset enimmäismäärät.

[Reumaliiton asiakasmaksut ja -korvaukset](#) sivuille päivitetään myös tietoa tärkeimmistä maksuista.

Mikä on terveydenhuollon maksukatto?

Kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on kalenterivuositainen maksukatto. Vuonna 2021 maksukatto on 683 euroa vuodessa. Sen täyttymisen jälkeen asiakasmaksuja ei enää peritä maksukaton piiriin kuuluvista palveluista. Ainoan poikkeuksen tähän muodostaa lyhytaikaisen laitoshoidon ns. ylläpitomaksu.

Kun maksukatto ylittyy, palvelut ovat pääsääntöisesti maksuttomia. Maksukatto ei kata kaikkea terveydenhoitoa. Terveyspalvelujen käyttäjän on itse seurattava maksukaton täyttymistä.

Lisätietoa [sosiaali- ja terveystoimen netisivuilta](#) ja kuntasi terveydenhuollosta.

Voiko sosiaali- ja terveydenhuollon maksuihin saada helpotusta?

[Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista](#) on mahdollista hakea alennusta tai vapautusta perheen tulojen tai erityisten sosiaalisten syiden vuoksi (asiakasmaksulaki 11 §). Alennusta haetaan siitä yksiköstä, jossa kyseinen asiakasmaksu on määritetty.

Maksuihin voi myös hakea [Kelasta toimeentulotukea](#).

Kela korvaa osan kustannuksista, jotka aiheutuvat käynnistä yksityisessä terveydenhuollossa ja hammashuollossa.

Lisätietoa kuntasi sosiaali- ja terveystoimesta sekä [Kelasta](#).

Saanko tukea terveydenhuollon matkoihin?

Kela maksaa korvausta julkiseen tai yksityiseen terveydenhuoltoon tehdyn matkan kustannuksista, kun matka on tehty sairauden, kuntoutuksen, raskauden tai synnytyksen vuoksi.

Voit saada myös yöpymisrahaa, kun yöpyminen on ollut tarpeellinen esimerkiksi hoitoon tai kuntoutukseen ehtimiseksi tai toistuvien päivittäisten matkojen välttämiseksi.

Lisätietoa [Kelasta](#).

Mistä löydän arkea tukevia kursseja ja kuntoutusta?

Kuntoutuksen ja arkea tukevien kurssien tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa ja hänen perhettään sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin tai kuntoutumaan siitä. Myös erilaiset apuvälineet ovat osa kuntoutusta.

Lääkinnällisen kuntoutuksen järjestämisessä ensisijainen vastuu on kunnalla. Myös Kela ja potilasjärjestöt järjestävät kuntoutusta. Kannattaakin tutustua Reumaliiton [kurssi-](#) ja [lomatoimintaan](#). Kuntoutusmahdollisuuksista voi tiedustella myös vakuutus- ja työeläkelaitoksesta, TE-palveluista ja työterveyshuollosta.

Lue lisää [Reumaliiton kuntoutusta käsitteleviltä nettisivuilta](#) ja [Kelasta](#).

Saako kuntoutukseen taloudellista tukea?

Kuntoutusraha turvaa toimeentuloasi, kun osallistut kuntoutukseen. Sitä voi hakea Kelasta 16–67-vuotias, jonka kuntoutuksen tavoite on työelämässä pysyminen, työelämään palaaminen tai työelämään pääsy. Lisäksi alle 20-vuotiaalle voidaan maksaa tehostetun kuntoutuksen ajalta **nuoren kuntoutusrahaa**.

Omaisien kuntoutusrahaa voit saada siltä ajalta, kun osallistut omaisesi sopeutumisvalmennukseen, kuntoutuskurssille tai perhekuntoutukseen.

Lisäksi kuntoutukseen liittyen Kelalla on elinkeinotuki, kuntoutusavustus, kuntoutustuki, ylläpito- ja matkakorvaus.

Lisätietoa [Kelasta](#).

Tarvitsen apuvälineitä, miten edetä?

Reuma- ja tuki- ja liikuntaelinsairaalle oikeanlainen apuväline voi helpottaa arkea huomattavasti. Erilaisia apuvälineitä on paljon. Esimerkiksi niveltuet ja lastat, tukikaulus, pohjalliset tai ergonomisesti muotoillut työ- ja ruokailuvälineet voivat olla hyödyllisiä reuma- ja tule-sairaille.

Erikoissairaanhoidon vastuulla ovat vaativat lääkitsevän kuntoutuksen apuvälineet. Perustason apuvälineistä vastaavat **terveyskeskukset**. **Kelan** kautta voi saada vaativia apuvälineitä opiskeluun ja töihin liittyen.

Kysy tilanteeseesi sopivista apuvälineistä sinua hoitavalta terveydenhuollon yksiköltä. Katso

myös apuvälinetietoa [Terveyskylästä](#).

Mistä saan taloudellista turvaa kun sairastun?

Kelan maksama sairauspäiväraha korvaa alle vuoden kestävästä työkyvyttömyyden aiheuttamasta ansionmenetyksestä. Sairauspäivärahaa maksetaan omavastuuajan jälkeen. Omavastuu-aika on yleensä sairastumispäivä ja sitä seuraavat 9 arkipäivää. Sairauspäivärahaa maksetaan enintään 300 arkipäivältä eli noin vuoden ajan.

Osasairauspäiväraha tukee työkyvyttömän henkilön pysymistä työelämässä ja paluuta koko-aikaiseen työhönsä. Paluu osa-aikaiseen työhön on vapaaehtoinen järjestely, johon tarvitaan sekä työntekijän että työnantajan suostumus. Se ei saa vaarantaa terveyttä eikä toipumista. Työajan on vähennyttävä 40–60 %:iin aiemmasta. Osasairauspäivärahaa maksetaan enintään 120 arkipäivältä.

Lisätietoa [Kelasta](#).

Kuka voi hakea toimeentulotukea?

Perustoimeentulotukea voi saada henkilö tai perhe, jonka tulot ja varat eivät riitä välttämättömiin jokapäiväisiin menoihin. Tukea voi hakea esimerkiksi lääkkeisiin ja terveydenhuollon kustannuksiin.

Lisätietoa [Kelasta](#).

Mitä tukea saan Reumaliitosta?

Ohjaamme eteenpäin sosiaaliturvaan liittyvissä kysymyksissä palveluneuvonta@reumaliitto.fi sekä puhelimitse torstaisin klo 10-11.30 p. 044 7680 448.

[Reumahoitaja vastaa kysymyksiin chat-palvelussa](#) Reumaliiton verkkosivulla tiistai-iltaisina. Chat on avoinna tiistaisin kello 17.00–19.00. Syyskaudella 2021 chat alkaa elokuun viimeisenä tiistaina ja jatkuu joka tiistai aina 14.12. asti.

[Myönnämme avustuksia](#) Hugo Eklundin, Pirkko Handolinin ja Enni Viian rahastoista.

Järjestämme [arkea tukevia kursseja](#) ja [lomatoimintaa](#).

Reumaliiton vaihde auttaa ma-to klo 9-13 numerossa (09) 476 155, info@reumaliitto.fi.

Sosiaaliturvaa lapsiperheille ja nuorille

Sosiaaliturvan tarkoitus on tukea ihmisiä esimerkiksi sairauden kohdatessa. Suomessa sosiaaliturvaa tarjoavat monet eri tahot, monin eri tavoin.

Jokaisen sairastuneen elämän kokonaistilanne on erilainen. Tärkeää on selvittää, mitä apua juuri sinun tilanteeseen on saatavilla ja kuka sitä tarjoaa. Monesti oma aktiivisuus tukien hakemisessa on ratkaisevaa.

Sairastuneelle ja hänen läheisilleen järjestelmä voi vaikuttaa monimutkaiselta ja etuuksien hakeminen vaivalloiselta. Omia oikeuksia ja mahdollisuuksia kannattaa kuitenkin selvittää.

Yksin ei kannata jäädä, vaan pyydä tarvittaessa apua tilanteesi selvittämisessä! Alle on koottu yleisimpiä kysymyksiä.

Mistä löydän tietoa sosiaaliturvasta?

Sosiaaliturvan selkiyttämiseksi Reumaliitossa on koottu [Sosiaaliturvan suunnistuskartta lapsiperheille ja nuorille](#). Se kertoo, mitä palveluja ja tukia heille on olemassa sekä ketkä niitä tarjoavat.

Kannattaa muistaa, että voit olla oikeutettu myös yleisiin tukiin. Ne on listattu kattavasti Reumaliiton kokoamaan [Sosiaaliturvan suunnistuskarttaan](#), joka löytyy myös ruotsiksi. Verkkoversiosta löytyvät myös linkit tuen tarjoajien omille sivuille, mikä helpottaa lisätietojen etsimistä.

[Järjestöjen Sosiaaliturvaoppaaseen](#) on lukuun viisi koottu yhteen lapsiperheitä koskevaa tarkempaa tietoa sosiaaliturvasta.

Hyvä apu sosiaaliturvaviidakossa on myös oma [paikallinen reumayhdistyksesi](#). Heiltä voi saada tietoja esimerkiksi oman kunnan tarjoamasta sosiaaliturvasta. Paikallisyhdistyksiltä ja [Suomen Reumanuorista](#) saat myös vertaistukea sosiaaliturva-asioissa. Reumaliiton nuorten toimikunta Nurekatiimi tarjoaa vertaistukea nuorille (Instagram, Youtube ja TikTok).

Kuntasi sosiaalityöntekijä tai -ohjaaja osaavat auttaa sinua eteenpäin. [Reumaliitolla on myös sosiaaliturvaohjausta](#), mikäli et tiedä miten omassa tilanteessasi edetä.

Mitä korvauksia saan lääkekuluista?

Saat korvausta lääkkeistä, kliinisistä ravintovalmisteista ja perusvoiteista, jotka lääkäri on määrännyt sairautesi hoitoon reseptillä ja jotka ovat korvattavia.

Aikuisilla korvausta maksetaan sen jälkeen, kun 50 euron alkuomavastuu on täyttynyt. Alkuomavastuu ei koske lapsia ja nuoria. Sitä sovelletaan vasta sen vuoden alusta, jolloin täyttää 19 vuotta.

Kela maksaa **lääkekorvauksia kolmessa korvausluokassa**. Peruskorvaus on 40 % lääkkeen hinnasta tai viitehinnasta ja alempi erityiskorvaus on 65 %. Ylempi erityiskorvaus on 100 %, mutta asiakas maksaa 4,50 euron omavastuun jokaisesta ostamastaan lääkkeestä.

Maksat vuosittain itse korvattavista lääkkeistäsi korkeintaan **lääkekaton verran eli 579,78 euroa** vuonna 2021. Tämän täyttymisen jälkeen jokainen korvattava lääke maksaa sinulle omavastuusuuden eli 2,50 euroa.

Kelasta voi hakea [toimeentulotukea lääkekustannuksiin](#), mikäli taloudellinen tilanteesi on haastava.

Lisätietoa saat [Kelasta](#).

Mitä maksuja tulee lapsen ja nuoren terveydenhoidosta julkisella puolella?

Alle 18-vuotiailta ei peritä maksua terveyskeskuksen avopalveluista. Avopalveluita ovat esimerkiksi käynti lääkärin vastaanotolla tai hammashoidossa.

Lasten sairaalahoito julkisessa terveydenhuollossa on maksutonta seitsemän vuotuisen omavastuupäivän jälkeen. 1.7.2021 voimaan tulevan lakimuutoksen jälkeen alaikäisiltä ei kuitenkaan enää peritä maksuja poliklinikan antamasta tutkimuksesta ja hoidosta. Alle 18-vuotiaan sarjahoito on maksutonta, esimerkiksi lääkinnälliseen kuntoutukseen liittyen.

Äitiys- ja lastenneuvolakäynnit, terveydenhoitajan vastaanotto sekä laboratorio- ja röntgentutkimukset ovat maksuttomia.

Lisätietoa saat omasta terveydenhuollon yksiköstäsi.

Mikä on terveydenhuollon maksukatto?

Kunnallisen terveydenhuollon asiakasmaksuissa on kalenterivuositainen maksukatto. Vuonna 2021 **maksukatto on 683 euroa vuodessa**. Sen täyttymisen jälkeen asiakasmaksuja ei enää peritä maksukaton piiriin kuuluvista palveluista. Ainoan poikkeuksen tähän muodostaa lyhytaikaisen laitoshoidon ns. ylläpitomaksu.

Alle 18-vuotiaiden käyttämistä palveluista perityt maksut lasketaan yhteen hänen huoltajansa maksujen kanssa. Kun maksukatto ylittyy, palvelut ovat maksuttomia kaikille niille henkilöille, joiden maksut ovat yhdessä kerryttäneet maksukattoon. Maksukatto ei kata kaikkea terveydenhoitoa. Huomaathan, että terveydenhuollon maksukatto on eri asia kuin lääkekatto.

Terveyspalvelujen käyttäjän on itse seurattava maksukaton täyttymistä.

Lisätietoa oman kuntasi terveydenhuollosta ja [ministeriön sivuilta](#).

Voiko sosiaali- ja terveydenhuollon maksuihin saada helpotusta?

Sosiaali- ja terveydenhuollon asiakasmaksuista on mahdollista [hakea alennusta tai vapautusta](#) perheen tulojen tai erityisten sosiaalisten syiden vuoksi (asiakasmaksulaki 11§). Hae alennusta siitä terveydenhuollon yksiköstä, jossa kyseinen asiakasmaksu on määritetty.

Maksuihin voi myös hakea Kelasta [toimeentulotukea](#).

[Kela korvaa](#) osan kustannuksista, jotka aiheutuvat käynnistä yksityisessä terveydenhuollossa ja hammashuollossa.

Lisätietoa kuntasi sosiaali- ja terveystoimesta sekä Kelasta.

Saanko tukea terveydenhuollon matkoihin?

Kela maksaa **matkakorvausta** julkiseen tai yksityiseen terveydenhuoltoon tehdyn matkan kustannuksista, kun matka on tehty sairauden, kuntoutuksen, raskauden tai synnytyksen vuoksi.

Maksat jokaisesta matkasta enintään 25 euron omavastuun. Yhteensä omavastuu on enintään **300 euroa vuodessa (ns. matkakatto)**. Kun se ylittyy, sinun ei tarvitse maksaa omavastuuta loppuvuoden matkoista.

Voit saada myös **yöpymisrahaa**, kun yöpyminen on ollut tarpeellinen esimerkiksi hoitoon tai kuntoutukseen ehtimiseksi tai toistuvien päivittäisten matkojen välttämiseksi.

Perheenjäsenen matka voidaan korvata, jos hoitava lääkäri toteaa perheenjäsenen hoitoon osallistumisen välttämättömäksi.

Saattajan matkakulut korvataan, kun hoitohenkilökunta on katsonut, että asiakkaan terveydentila edellyttää saattajaa. Jos saattajan tarve on ilmeinen, erillistä selvitystä ei tarvita. Saattajan tarve on ilmeinen esimerkiksi silloin, jos asiakas on lapsi.

Lisätietoa saat [Kelasta](#).

Edessäni on ammatin tai opiskelupaikan valinta, mistä apua?

[Työ- ja elinkeinopalvelujen](#) asiantuntijat auttavat sinua, kun etsit elämäntilanteeseesi sopivaa ratkaisua koulutukseen tai ammatinvalintaan. TE-palveluilla on useita eri mahdollisuuksia sinulle sopivan polun löytämiseksi. Ole heihin rohkeasti yhteydessä! Myös opintopaikkasi opinto-ohjaajat auttavat sinua.

Mitä teen, jos sairastun kesken opintojeni?

Jos sairastut kesken opintojen pidemmäksi aikaa, voit hakea Kelasta **sairauspäivärahaa**. Jos sairautesi kestää enintään 2 kuukautta, voit kuitenkin edelleen nostaa opintotukea normaalisti. Lyhytaikainen sairaus ja vähentyneet opintosuoritukset eivät estä opintotuen

saamista.

Jos sairautesi jatkuu yli 2 kuukautta, sairauspäiväraha on parempi vaihtoehto toimeentulosi turvaamiseen. Sinun kannattaa hakea sairauspäivärahaa, etteivät opintotukikuukaudet kulu.

Lisätietoja saat [Kelasta](#).

Mistä löydän arkea tukevia kursseja ja kuntoutusta?

Kuntoutuksen ja arkea tukevien kurssien tarkoituksena on auttaa kuntoutujaa ja hänen perhettään sopeutumaan sairauden tai vamman mukanaan tuomiin muutoksiin ja kuntoutumaan.

Lääkinnällisen kuntoutuksen järjestämisessä ensisijainen vastuu on **kunnalla**. Myös **Kela** järjestää sopeutumisvalmennus- ja perhekursseja, joissa lapsi ja hänen perheenjäsenensä tai muut läheiset voivat saada tukea sairastumisen tai vammautumisen aiheuttamaan elämäntilanteeseen.

Lisäksi arkea tukevia kursseja järjestävät **potilas- ja vammaisjärjestöt**. Kannattaakin tutustua Reumaliiton [kurssi-](#) ja [lomatoimintaan](#).

Vaativasta lääkinällisestä kuntoutuksesta vastaa Kela.

Lisätietoa kuntasi terveystoimesta, [Kelasta](#) ja potilasjärjestöistä sekä [Reumaliiton sivuilta](#).

Saako kuntoutukseen taloudellista tukea?

Kuntoutusraha ja osakuntoutusraha turvaavat toimeentuloasi, kun osallistut kuntoutukseen. Sitä voi hakea Kelasta 16–67-vuotias, jonka kuntoutuksen tavoite on työelämässä pysyminen, työelämään palaaminen tai työelämään pääsy. Lisäksi alle 20-vuotiaalle voidaan maksaa tehostetun kuntoutuksen ajalta **nuoren kuntoutusrahaa**.

Omaisien kuntoutusrahaa voit saada siltä ajalta, kun osallistut omaisesi sopeutumisvalmennukseen, kuntoutuskurssille tai perhekuntoutukseen.

Muistathan myös **matkakorvaukset** kuntoutukseen.

Lisätietoja saat [Kelasta](#).

Tarvitsen apuvälineitä, miten edetä?

Reuma- ja tuki- ja liikuntaelinsairaalle oikeanlainen apuväline voi helpottaa arkea huomattavasti.

Erilaisia apuvälineitä on paljon. Esimerkiksi niveltuet ja lastat, tukikaulus, pohjalliset tai ergonomisesti muotoillut työ- ja ruokailuvälineet voivat olla hyödyllisiä reuma- ja tule-sairaille.

Erikoissairaanhoidon vastuulla ovat vaativat lääkinällisen kuntoutuksen apuvälineet. Perustason apuvälineistä vastaavat **terveyskeskukset**. **Kelan** kautta voi saada vaativia

apuvälineitä opiskeluun ja töihin liittyen.

Kysy tilanteeseesi sopivista apuvälineistä sinua hoitavalta terveydenhuollon yksiköltä. Katso myös apuvälinetietoa [Terveyskylästä](#).

Voiko liikkumiseen saada tukea vamman takia?

Mikäli auto on tarpeellinen vaikeavammaisen lapsen kuljetuksen vuoksi, voidaan uutena hankittavaan autoon hakea [autoveron palautusta tai huo Jennusta](#).

[Vapautus ajoneuvoverosta](#) voidaan myöntää, mikäli auton hankintaan on saatu autoveronpalautusta tai mikäli lapselle on myönnetty [liikkumisesteisen pysäköintilupa](#). Luvan saaminen voi perustua lapsen liikuntavammaan tai johonkin muuhun erityisongelmaan, jonka vuoksi lapsen saattaminen autosta määränpähän on vaikeaa.

Kuljetuspalveluja saattajapalveluineen voidaan myöntää kunnan sosiaalitoimesta vaikeavammaiselle lapselle, joka ei vammansa takia voi vapaa-ajan matkoilla käyttää julkisia joukkoliikennevälineitä. Kuljetuspalveluja voidaan myöntää mm. asiointiin sekä harrastus- ja virkistystoimintaan tarvittaviin matkoihin.

Vaikeavammaisilla ja pitkäaikaissairailta lapsilla on oikeus kunnan koulutoimen järjestämiin **koulukuljetuksiin**, jos he eivät kykene käyttämään julkista liikennettä. Koulu hoitaa koulukuljetusasiat yhteistyössä huoltajien kanssa. Maksuttoman kuljetuksen vaihtoehtona on oppilaan kuljettamista tai saattamista varten myönnettävä riittävä avustus.

Lisätietoa saat kunnan opetus- ja sosiaalitoimesta, neuvolasta, Traficomista ja Verohallinnosta.

Mikä on alle 16-vuotiaan vammaistuki ja mitä kunnan vammaispalvelut tarjoavat?

Alle **16-vuotiaan vammaistuen** tarkoituksena on tukea vammaisen tai sairaan alle 16-vuotiaan lapsen päivittäistä elämää. Lapsi voi saada vammaistukea, jos hän vammansa tai sairautensa vuoksi tarvitsee säännöllistä hoitoa, huolenpitoa ja kuntoutusta. Tuen myöntää Kela.

Kuntien vammaispalvelun kautta järjestetään vammaisille ja pitkäaikaissairaille erilaisia arjessa helpottavia palveluja ja taloudellisia tukitoimia. Näitä ovat esimerkiksi kuljetustuki, avustus auton ostoon sekä sairauden vuoksi välttämättömät kodin muutostyöt.

Lisätietoja saat oman kuntasi vammaispalveluista ja [Kelasta](#).

Saanko korvausta ansionmenetyksestä lapseni ollessa sairaalahoidossa?

Sairaana lapsen vanhempana voit saada Kelasta **erityishoitorahaa**. Se on korvaus ansionmenetyksestä tilanteessa, jossa alle 16-vuotiaan sairaan tai vammaisen lapsen huoltaja ei voi tehdä työtään, koska hänen on osallistuttava lapsensa hoitoon tai kuntoutukseen.

Lisätietoa saat [Kelasta](#).

Voinko jäädä kotiin hoitamaan sairasta lasta?

Jos alle 10-vuotias lapsesi sairastuu äkillisesti, voit jäädä pois töistä hoitamaan häntä **tilapäiselle hoitovapaalle**. Se voi kestää enintään 4 työpäivää. Tilapäinen hoitovapaa perustuu työsopimuslakiin.

Erityisen hoidon tarpeessa olevan vammaisen tai pitkäaikaissairaana lapsen vanhemmalla on oikeus **osittaiseen hoitovapaaseen**, kunnes lapsi täyttää 18 vuotta.

Kuntasi sosiaalitoimi voi myöntää **omaishoidontukea** lähiomaiselle, joka hoitaa kotona vaikeasti vammaista tai pitkäaikaisesti sairasta lasta.

Lisätietoa saat kuntasi sosiaalitoimesta, työsopimuslaista (4 luku) sekä Työsuojelusta.

Entä jos äiti sairastuu?

Isä voi jäädä kotiin hoitamaan lasta, jos äiti sairastuu niin, ettei hän voi hoitaa lasta. Tältä ajalta isälle maksetaan vanhempainrahaa. Isä saa tuen äidin sairastumisen omavastuuajan jälkeen, joka on sairastumispäivä + 9 arkipäivää. Äiti voi saada Kelasta sairauspäivärahaa.

Lisätietoja saat [Kelasta](#).

Mitä tukea saan Reumaliitosta?

Ohjaamme eteenpäin sosiaaliturvaan liittyvissä kysymyksissä palveluneuvonta@reumaliitto.fi sekä puhelimitse torstaisin klo 10-11.30 p. 044 7680 448.

[Reumahoitaja vastaa kysymyksiin chat-palvelussa](#) Reumaliiton verkkosivulla tiistai-iltaisin. Chat on avoinna tiistaisin kello 17.00–19.00. Syyskaudella 2021 chat alkaa elokuun viimeisenä tiistaina ja jatkuu joka tiistai aina 14.12. asti.

[Myönnämme avustuksia](#) Hugo Eklundin, Pirkko Handolinin ja Enni Viian rahastoista.

Järjestämme [arkea tukevia kursseja](#) ja [lomatoimintaa](#).

Reumaliiton vaihde auttaa maa-to klo 9-13 numerossa (09) 476 155, info@reumaliitto.fi.

[Lapset ja nuoret nettisivustomme](#) tarjoaa tietoa ja tukea sairastuneille.

Reumaliiton nuorten toimikunta **Nurekatiimi** tarjoaa vertaistukea nuorille (Instagram, Youtube ja TikTok).

[Suomen Reumanuoret ry](#) on yhdistys kaikille eri reumasairauksia sairastaville alle 35 -vuotiaille nuorille. Älä ole yksin – ole yksi meistä!

[Työkaluja sairastuneelle henkilölle](#)

Apua taloustilanteeseen

Hae rohkeasti apua, jos taloustilanteesi on vaikea.

[Koonti auttavista tahoista vaikeaan taloustilanteeseen](#) (pdf.)

Edunvalvontavaltuus

Edunvalvontavaltuutuksella henkilö voi itse etukäteen järjestää asioidensa hoidon sen varalta, että hän myöhemmin tulee kykenemättömäksi hoitamaan asioitaan esimerkiksi sairauden tai heikentyneen terveydentilan vuoksi.

[Lue lisää.](#)

Kelan asiointipalvelu

Kelan asiointipalvelussa näet esimerkiksi seuraavat ja edelliset maksut, hakemustesi tilanteen sekä muistutukset, jos hakemuksestasi puuttuu liite tai se on jäänyt lähettämättä. Palvelussa näet kootusti asiointejasi Kelassa ja voit kysyä lisätietoa sekä hakea etuuksia.

[Kelan asiointipalvelu](#)

Omakanta

Omakannasta näet mm. sähköiset reseptitietosi, lääkäri-ikäkännyt ja diagnoosit. Siellä voit myös uusien reseptisi.

[Omakanta](#)

Potilasturvallisuus

Reumaliitto on ollut mukana luomassa Potilaan opasta, joka kertoo potilaan ja läheisen mahdollisuuksista vaikuttaa hoidon turvallisuuteen. Se tarjoaa vinkkejä turvallisen hoidon takaamiseksi sekä tietoa potilaan oikeuksista ja potilasturvallisuudesta.

[Potilaan opas](#)

Potilasturvallisuudesta laajemmin tietoa [Suomen Potilasturvallisuusyhdistyksen](#) ja [STM:n sivuilta](#).

Huomaa myös nämä

- [Kuntoutus](#)
- [Lapsille ja perheille](#)
- [Lomatoiminta](#)
- [Nuorille](#)
- [Reuma-aapinen - perustietoa reumasairauksista, lääkkeistä ja hoidosta](#)
- [Reumaliitto vaikuttaa](#)
- [Arkea tukevat kurssit](#)
- [Tietoa tule-terveydestä](#)
- [Tukea ja palveluita](#)
- [Vertaistuki](#)

Muita hyödyllisiä linkkejä

[Tietoa hoitopaikan valinnasta](#)

Tietoa potilaiden oikeudesta valita terveydenhuollon yksikkö ja hoitaja.

[Suomen Tuki- ja liikuntaelinliitto](#)

Tietoa tule-sairauksista sekä niiden yhteiskunnallisesta vaikuttavuudesta.

[Ministeriön sivuilla sosiaali- ja terveystieteistä](#)

STM:n sivuilla on eri-ikäisille koottua tietoa.

[Suomi.fi](#)

Kokoaa yhteen kaikki kansalaisen tarvitsemat palvelut. Sivuilta löytyy esimerkiksi kootusti tietoa sairastamisesta ja kuntoutuksesta.

[Turvallinen lääkehoito \(THL\)](#)

Tietoa lääkehoidon turvallisuudesta.