



Takaisin töihin  
syövästä  
huolimatta

## SISÄLLYS

Työelämä tarvitsee meitä kaikkia	5
Pelkäämmekö liikaa?	6
Syöpä on myös asennekysymys	7
Syöpä tänään	10
Syöpää hoidetaan monin tavoin	12
Työhön paluu on yhteinen projekti	14
Luovaa ajattelua tarvitaan	17
Uusin sovelluksin eteenpäin	19
Useimmat syöpään sairastuneet jatkavat töissä	22
Yhteiskunta tarvitsee osaavia työntekijöitä	23
Tutkittua tietoa	25
Työperäiset syövät	26
Lainsäädäntö ja työmarkkinat	28
Sairausajan palkka	30
Yksityisyyden suoja	30
Työturvallisuus on taattu laissa	32
Muutokset arvioitava yhdessä	34
Työsopimuksen päättäminen sairauden vuoksi	35
Kuntoutuminen on oikeus ja mahdollisuus	36
Myönteinen asenne kuntoutumiseen	36
Kannattaa kysyä kuntoutumisesta	37
Lääkinnällinen kuntoutus kunnan vastuulla	38
Ammatillinen kuntoutus	39
Psykososiaalinen kuntoutus	40
Kuntoutussuunnitelma jäsentää tavoitteet	41

Työeläkekuntoutus säilyttämään työkykyä	41
Korvausjärjestelmät	44
Sairausvakuutuslain mukaiset etuudet	44
Hoitokustannusten korvaaminen	44
Vakuutusyhtiöiden maksamat korvaukset	46
Sairauspäiväraha	46
Kuntoutus voi tulla avuksi	46
Kuntoutusraha	47
Vammaistukea työiässä olevalle	49
Harkinnanvarainen kuntoutusavustus	49
Työkyvyttömyyseläke	49
Tieto auttaa	54
Lisätietoja	56
Yhteystietoja	57

TEKSTI

PRO Viestintä / Sulevi Pellinen  
sekä asiantuntijaryhmä

KUVITUS

Bosse Österberg

ULKOASU

Mainostoimisto Onkinen&Kaira / Elina Arpalahti

JULKAISIJA

Suomen Syöpäpotilaat ry

PAINO

Painotalo Auranen Oy, korjattu painos 2006

## TYÖELÄMÄ TARVITSEE MEITÄ KAIKKIA

Syöpään sairastuminen on kymmenille tuhansille suomalaisille totta. Sairaudesta selviytyminen vaatii sisua ja voimia, mutta yhä useampi kuuluu selviytyjien joukkoon. Tähän selviytymiseen liittyy myös palaaminen takaisin töihin, kun tilanne sen sallii. Tämä on tärkeää sekä yksilön itsensä että koko kansantalouden kannalta.

Yhä useammin syöpäsairauden jälkeen tai jopa sen aikana palataan töihin. Tämän opaskirjan tarkoituksena on kertoa syövästä ja sen sairastamisen vaikutuksista työssäkäyntiin ja työhön palaamiseen. Oppaassa käsitellään syöpää siihen sairastuneen työntekijän, työnantajan, työtovereiden ja työterveyshuollon näkökulmista. Näillä sivuilla puhutaan paljon asioista, jotka liittyvät asenteisiimme. Usein sairastuneen työhön paluuta hankaloittavat tarpeettomat ja vanhentuneet asenteet. Asenteita voidaan muuttaa muun muassa oikean tiedon avulla. Siksi tässä opaskirjassa annetaan paljon tietoa syövästä, työelämästä ja niiden vaikutuksista toisiinsa.

Opaskirjan sivuilla on syövän itse kokeneiden ja sen kanssa työelämässä eri tavoin selviytyneiden suomalaisten kokemuksia heidän itsensä kertomina. Nämä omakohtaiset kokemukset löytyvät tekstistä alla olevan symbolin jälkeen.



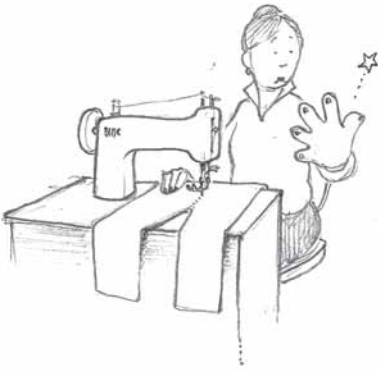
*"Mitä kokemuksistani voisi oppia? Lisää tietoa. Lisää tietoa ennen kaikkea niistä potilaista, jotka ovat selviytyneet. Missä he kaikki ovat, sillä tiedän, että heitä on paljon."*

*Sydän- ja verisuonisairauksiin kuolee vuosittain paljon enemmän ihmisiä, eikä kukaan kauhistele sitä. Miksi tätä sairautta edelleen niin paljon kavahdetaan? Minä itsekkin kavahdin. Nyt elän kiitollisena jokaisesta terveestä päivästä ja osaan jo asettaa syyllistäjät ja heidän kaltaisensa omalle paikalleen omaan pienuuteensa."*

## PELKÄÄMMEKÖ LIKAA?



*"Odotin leikkaukseen pääsyä lähes kuukauden. Yritin järjestää töitäni mahdollisimman pitkään, koska tiesin, että edessä oli pitkä sairausloma. Mielialani ei ollut paras mahdollinen, mutta työssäni en voinut näyttää tunteitani, koska työnäni oli vanhusten virkistäminen.*



*Työhön palattuani oli jaksamisesta terä poissa. Keuhkokuumeet ja rasituksesta turpoava käsi toivat ongelmia. Hengenahdistuskin vaivasi. Yritin sopeuttaa työni jaksamisen mukaan. Lääkehoidot vähensivät vastustuskykyäni.*

*Esimieheni vähätteli sairauttani. Häneltä en saanut minkäänlaista tukea.*

*Työterveysaseman lääkäri ja sairaanhoitaja antoivat minulle hyvää tukea. Silti tunsin, että en voinut olla flunssan takia poissa työstä. Tuntui, että minua tarkkailtiin, koska olin ollut poissa syövästä. Tuli tunne, että minulla oli leima otsassa. Minua alettiin syrjäyttää työyhteisistä; en päässyt koulutuksiin, tiedonkulku oli huonoa.*

*Vaikeuksista huolimatta pidin työstäni."*

Suomalaisilla työpaikoilla on tasa-arvo ja suvaitsevuus jo pitkään tunnustettu tärkeiksi asioiksi ja kaikenlaista syrjintää pidetään työelämässä sopimattomana. Asenteemme saattavat olla moderneja, mutta ovatko ne sitä aina ja kaikissa asioissa?

Koskeeko tasa-arvo ja tasapuolinen kohtelu vain naisten ja miesten välistä ja perussuomalaisesta poikkeavia kansallisuuksia? Suhtaudummeko suvaitsevasti ja ennakkoluulottomasti myös ihmi-

siin, jotka ovat sairastuneet vakavasti? Pelkäämmekö sairastavan saavan etuoikeuksia työelämässä?

Nykyaikana mahdollisuudet syövän varhaiseen havaitsemiseen ja tehokkaaseen hoitoon ovat ratkaisevasti paremmat kuin ennen. Suomi on maailman kärkimaita syövän hoidon tuloksissa. Siksi joukossamme elää terveitä syövästä toipuneita ihmisiä, joiden työkyky on ennallaan kerran sairastetusta syövästä huolimatta.

### SYÖPÄ ON MYÖS ASENNEKYSYMYS



*"Huomasin keväällä partaa ajaessani pienen kyhmyän vasemmalla puolen kaulaani. Kyhmy ei hävinnyt antibioottihoitolla. Ultraäänikuvauksessa paljastui itse asiassa kaksi kyhmyä, jotka poistettiin leikkauksella. Kyhmyt todettiin pahanlaatuisiksi kasvaimiksi.*

*Leikkauksen vuoksi olin kaksi viikkoa sairaalomalla. Sain kuulla työnantajaltani huomautuksia poissaolostani. Olen raskaassa ja pölyisessä työssä kivimurskaamolla. Kun jonkin ajan kuluttua tunsin kovaa väsymystä ja halusin mennä lääkäriin, esimieheni sanoi, että hän 'v-u-a välittää minun kunnostani' ja epäili minun pakoilevan töitä.*

*Yliopistollisessa keskussairaalassa tehtiin nielurisaleikkaus, koska kyhmyjen todettiin saaneen alkunsa vasemmasta nielurisasta. Sädehoitojen ja sytostaattihoitojen jälkeen tehtiin puhdistava leikkaus. Hoitojen aikana laihduin lähes 30 kiloa. Hoitajaksojen aikana työnantajani ei kertaakaan ottanut yhteyttä eikä kysynyt vointiani.*

*Lääkärintausuntooni tuli maininta, että olen kykenemätön entiseen työhöni. Tämä saattaa olla hyvä asia, sillä työpaikkani oli hyvin raskas sekä henkisesti, että fyysisesti. Olen kuntoutuksessa, ja tarkoitus on löytää minulle uusi työ. Hoitaneita lääkäreitä myöten moni on ihmetellyt entisen isäntäni tylyä suhtautumista."*

Syöpä on useiden eri sairauksien yhteinen nimi. Se on monien pahanlaatuisten kasvainten yleisnimitys. Erilaisia syöpäsairauksia tunnetaan yli 2 000, pelkästään rintasyöpiä on yli 200 eri lajia. Syöpä ei ole yksi ja kaikille samanlaisena ilmenevä sairaus.

Toisten syöpä on täysin päällepäin näkymätön, toisilla sairastaminen näkyy ja saattaa vaikuttaa senkin vuoksi työssä olemiseen.

Syöpää on aina pidetty nopeasti työkyvyn ja hengen vievänä sairautena. Jos syöpään sairastunut paranee, epäillään helposti, että syöpä väistämättä uusiutuu jossain vaiheessa. Syöpään sairastuneen työkykyä epäillään. Kerran syövän läpikäyneeseen lyödään helposti eräänlainen "epäkunnossa" tai "käsiteltävä varoen" -leima.

Syöpä ei tartu. Ennakkoluulot sitä kohtaan ovat sen sijaan laajalle levinneitä ja pääosin perusteettomia, tietoa syövästä on enemmän kuin koskaan ennen.

Varmasti jokainen meistä tietää tai tuntee jonkun omakohtaisesti syövän kokeneen. Sen lisäksi ympärillämme on runsaasti ihmisiä, jotka ovat sairastaneet syövän, mutta joiden syövästä emme ole koskaan kuulleet, emmekä voi sitä mitenkään huomata päälle päin. Syövästä voi parantua, mutta syövän aiheuttamista henkisistä kolhuista ei ole yhtä helppo päästä irti.

Ei ole mitään syytä, miksi meidän pitäisi suhtautua syövän sairastaneisiin työtovereihimme sen varautuneemmin kuin laskettelurinteessä jalkansa katkaisseeseen tai työuupumuksen vuoksi sairastuneeseen ihmiseen.

Syöpä on sairaus muiden sairauksien joukossa. Useimmat paranevat siitä. Syöpään ei liity mitään salaperäistä eikä salattavaa. Työelämän pahimpia ongelmia eivät ole työntekijöiden sairaudet. Työelämässä esiintyvät muut pelot ja epäluuloiset asenteet saattavat olla

pahempia haittoja työn sujumiselle ja työilmapiirille kuin mitkään kasvaimet ja niiden hoidot.

### TYÖNTEKIJÄ

KUN SINULLA ON TODETTU  
SYÖPÄSAIRAUUS JA OLET  
EPÄVARMA TULEVAISUUDESTASI  
TYÖELÄMÄSSÄ



- Keskustele asiasta hoitavan lääkärin ja muiden hoitoyksikkösi asiantuntijoiden kanssa.
- Keskustele työnantajan kanssa sairausloman ja mahdollisen työhön paluun järjestelyistä.
- Ota tarvittaessa yhteyttä työsuojeluvaltuutettuun tai luottamusmieheen.
- Ota selvää siitä, millaisiin korvauksiin sinulla on oikeus sairastamisesi aikana. Tietoja saat muun muassa työterveyshuolosta ja KELA:n paikallistoimistoista, syöpäyhdistyksistä ja niiden neuvonta-asemilta.

## SYÖPÄ TÄNÄÄN

Työikäisillä todetaan kaikenlaisia syöpäsairauksia. Osa niistä todetaan työterveyshoidossa, osa tulee ilmi muissa tutkimuksissa. Monissa tapauksissa potilaan tuntemat oireet johtavat tutkimuksiin, joissa sairaus todetaan.

Syöpään sairastuneiden tilannetta on työelämän yhteyksissä arvioitava samalla tavoin kuin muidenkin sairauksien kohdalla tehdään.

Eri syöpäsairaudet vaikuttavat eri tavoin työkykyyn ja mahdollisuuksiin palata sairastumisen jälkeen työelämään. Jonkinlaisen käsityksen sairastumisen vaikutuksista antavat eri syöpäsairauksia sairastavien selviytymisestä ja työelämään sijoittumisesta kertovat tilastotiedot.

Vuosittain sairastuu syöpään noin 25 000 suomalaista, joista 8 000 on 20–64-vuotiaita, siis työelämän käytettävissä olevassa iässä. Yli puolet kaikista syöpään sairastuneista kuitenkin paranee sairaudestaan ja työhön paluu on monelle hyvä ratkaisu. Yli puolelle syöpään sairastuneista kysymyksessä on kertakriisi. Toisaalta ei voida kuitenkaan sanoa etukäteen ketkä kuuluvat parantuvien joukkoon.

Elossa olevia työikäisiä syöpäpotilaita on kaikkiaan yli 47 000 ja määrä kasvaa jatkuvasti. Näistä sairastuneista 25 000:lla syöpä on todettu yli viisi vuotta sitten, joten heitä voidaan pitää parantuneina, koska monilla on vain vähän sairauden tai sen hoidon aiheuttamia pitkäaikaisongelmia.

Sellaisia työikäisiä, joiden sairauden toteamisesta on vähemmän kuin viisi vuotta, on 22 000. Näistä monien paranemisennuste on hyvä. Esimerkiksi suuri osa noin 7 000:sta rintasyövän sairastuneesta kykenisi hyvin palaamaan entisiin tehtäviinsä työelämässä.

Työhön paluuta on asiantuntijoiden mielestä syytä kannustaa ja helpottaa.

Olossa olevien potilaiden osuus kaikista sairastuneista viiden vuoden kuluttua sairauden toteamisesta (2002)

Rintasyöpä	88 %
Ihomelanooma	86 %
Keskushermoston syöpä	69 %
Non-Hodgkin lymfooma	68 %
Kilpirauhasen syöpä	96 %
Eturauhasen syöpä	78 %
Paksusuolen syöpä	61 %
Kohdunrungon syöpä	89 %
Peräsuolen syöpä	60 %
Munasarjasyöpä	72 %
Kohdunkaulan syöpä	75 %
Kivessyöpä	94 %
Virtsarakon syöpä	84 %
Munuaissyöpä	58 %
Keuhkosityöpä	15 %
Hodgkinin tauti	91 %
Leukemia	53 %

## SYÖPÄÄ HOIDETAAN MONIN TAVOIN



*"Vain muutama päivä sairauslomani jälkeen muuan ihmettelijä päivitteli työpaikan kahviossa kuinka minä syön siellä, ja kuinka minä ylipäättään voin syödä siellä. Minullahan ei hänen mielestään ollut leikkauksen jälkeen mahalaukkuja!"*

*Jatkohoitojen käynnistyessä sama vaivautunut ihmetteli, eikö minulta lähdekään tukka. Olinko kuulevinani jopa pienoista pettymystä kysyjän äänessä?"*



Syöpään sairastumista ei seuraa pelkästään sairaana oleminen. Kaikkia syöpiä ryhdytään hoitamaan erilaisin keinoin. Syöpäsairauksia hoidetaan leikkauksin, sädehoidolla ja erilaisilla syöpälääkkeillä (solunsalpaaja- eli sytostaattihoido).

Leikkauksella voidaan poistaa kasvain esimerkiksi rintasyövässä tai suolistosyövässä. Kaikkiin syöpiin ei kuitenkaan ole olemassa leikkaushoitoa. Esimerkiksi leukemia on tyypillisesti syöpä, jota ei voida hoitaa leikkauksin.

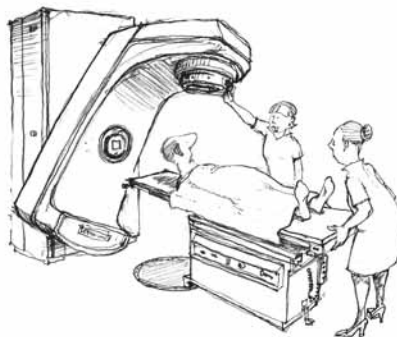
Sädehoitoa voidaan antaa myös ennen leikkausta, jolloin tavoitteena on pienentää kasvainta. Leikkauksen jälkeen annettulla sädehoidolla taas pyritään hävittämään mahdollisesti jäljelle jääneet syöpäsolut. Usein leikkauksen jälkeen käytetään niin sanottua yhdistelmähoitoa, jossa yhdistetään sädehoito ja lääkehoito. Tällöin puhutaan liitännäishoidosta, jonka tavoitteena on estää sairauden uusiutuminen.

Jotkut syövät, kuten osa imusolmukeesyövästä, voidaan parantaa pelkällä sädehoidolla. Joissakin tapauksissa sädehoidon vaikutuksia parannetaan antamalla solunsalpaajia samanaikaisesti. Tällöin puhutaan kemosädehoidosta.

Jotkut syövät ovat riippuvaisia kehon omasta hormonituotannosta. Tällaisissa tapauksissa – esimerkiksi eturauhas- ja rintasyövässä – annetaan liitännäishoitona myös hormonihoidoa, joka kestää tavallisesti useita vuosia.

Solunsalpaajahoitoa annetaan liitännäishoitona tavallisesti noin puolen vuoden ajan. Tällä hoidolla pyritään hävittämään kasvaimesta mahdollisesti muualle elimistöön levinneet näkymättömän pienet etäispesäkkeet ja yksittäiset syöpäsolut.

Uusi tutkimustieto syöpäsolujen molekyyli-biologisista yksityiskohdista on mahdollistanut niin sanottujen täsmähoitojen kehittämisen. Tällaisia ovat erilaiset syöpäsolujen valkuaisaineiden vasta-aineet ja syöpäsolujen kehitymisessä tarpeellisten entsyymien estäjät. Jotkin näistä hoidoista ovat jo käytössä, jolloin niitä yhdistetään usein edellä mainittuihin perinteisempiin hoitomuotoihin. Monet täsmähoidot ovat vilkkaan tutkimuksen kohteina ja tältä alueelta on odotettavissa uusia lääkkeitä lähitulevaisuudessa.



Usein syöpähoidoilla on sivuvaikutuksia, joista suurin osa on ohimeneviä. Koska lääkeaine pääsee suurimpaan osaan kehon soluja, niiden vaikutusta myös terveisiin kudoksiin ei voi välttää. Valkosolujen määrä voi pienentyä hoidon kestäessä, mikä voi lisätä tulehdustaipumusta. Limakalvot saattavat haavautua ja vatsan toiminta voi häiriintyä. Hiusten kasvu voi lakata ja tämä voi johtaa osittaiseen tai täydelliseen hiusten lähtöön. Hoidon päätyttyä

hiukset kasvavat takaisin. Väsymys on tavallinen syöpähoitojen sivuvaikutus. Kaikissa reaktioissa on yksilöllisiä eroja, joita ei voida tarkoin ennustaa. Osa potilaista on työkykyisiä hoidon aikana, mutta monet tarvitsevat muutamien kuukausien mittaisen sairausloman tai ovat hoitojen aikana osittain työssä.

Syövänhoito vaatii harvoin pitkiä vuodeosastohoitoja, sillä suurin osa niistä toteutetaan niin, että potilas käy hoidossa päiväsaikaan ja pääsee yöksi kotiin. Monet solunsalpaajakuurit annetaan tiputuksina suoneen ja toistetaan noin kolmen viikon välein. Sädehoitoa sen sijaan annetaan tavallisesti kaikkina arkipäivinä muutaman viikon mittainen jakso.

#### TYÖHÖN PALUU ON YHTEINEN PROJEKTI



*"Olin viiden vuoden yliopisto-opintojen jälkeen palaamassa työelämään, kun minulla todettiin silmämelanooma. Oireina oli esiintynyt silmä särkyä puolisen vuotta. Sairauden laatu alkoi kuitenkin paljastua vasta kun huomautin lääkärille, etten näe toisella silmällä normaalisti.*

*Diagnoosin jälkeen hoito eteni nopeasti. Minut lähetettiin saman tien keskussairaalaan, jossa silmä poistettiin kahden päivän kuluttua. Leikkauksen jälkeenkin jatkui ripeä tahti. Hoitava lääkäri ilmoitti, että töihin voi mennä heti. Sanoin, etten sentään mene töihin ilman proteesia. Lääkäri vain kysyi, onko työ asiakaspalvelua.*

*Kotipaikkakunnallani ei ollut syöpäyhdistystä eikä sairaalastakaan tunnuttu tietävän kovin paljon sairaudesta. Siksi jouduin etsimään tietoa lähinnä omin päin. Sairaalakäynneillä keskityttiin lähinnä terveen silmän näkökyvyn tarkistamiseen. Silmäproteesin saatuani palasin kuukauden kuluttua leikkauksesta töihin.*

*Sairaalaan lähtiessäni olin jättänyt hakemuksen valtion virkaan. Minut valittiinkin tehtävään ja virkaani ryhdyin suoraan sairauslomalta.*

*Uuden esimiehen veljellä sattui olemaan silmäproteesi, samoin erällä hänen tuttavallaan. Näillä seikoilla uskon olleen merkitystä siinä, että sairaudestani huolimatta tulin valituksi virkaan. Elämä jatkui työn ja kuntoiluharrastusten merkeissä – 'puolivaloilla'. En pitänyt tapanani puhua syövästäni enempää kuin vaikkapa nuhasta tai yskästä. Jotkut työtoverit suhtautuivat syövän sairastaneeseen epäluuloisesti.*

*Minulle jäi vaikutelma, että silmälääkärit eivät tunteneet sairauttani kovin hyvin. Silmäproteesilaboratorion ystävällistä ja kannustavaa palvelua olen sen sijaan aina arvostanut.*

*Omaksi hoitokeinokseni valitsin työnteon ja asenteen, jolla halusin näyttää, että pärjään työssäni. Osittain tästä syytä sain myöhemmin vaivoikseni työuupumuksen. Esimiesasemassani olin melko yksin, hiukan samalla tavalla kuin sairauteni kanssa.*

*Sellaista kulttuuria, jossa syöpään sairastunut aktiivisesti hoidettaisiin työkykyiseksi, ei ole ollut. Aikaisemmin eläkkeelle siirtäminen oli lähes ainoa kuntoutuskeino.*

*Olen ollut onnellinen ja kiitollinen omasta työelämästäni ja sen tarjoamista mahdollisuuksista. Saatoin sairastumiseni jälkeen palata tavalliseen arkeen ja työhön. Minua ei leimattu syöpäsairaaksi. Saatoin elää normaalia elämää kaikkine iloineen ja suruineen. Ihminen ei kuitenkaan koskaan ole entisensä syöpädiagnoosin jälkeen, vaikka elämä jatkuukin."*

Töihin palaaminen leikkaushoidon tai hoitajaksojen jälkeen vaatii usein sopeutumista ja kärsivällisyyttä ja ymmärtämystä sekä sairastavalta että hänen työnantajaltaan ja työtovereiltaan.

Leikkaushoidon jälkeen on yleensä aina mahdollista palata suhteellisen nopeasti takaisin töihin. Yhdistelmähoidot aiheuttavat usein yleiskunnon heikkenemistä ja väsymystä. Kuitenkin useimmat ulkoista sädehoitoa saavat pystyvät hoitamaan työnsä normaalisti ja elämään muuten tavallista elämää. Suurille alueille annettu sädehoito saattaa kuitenkin käydä voimille. Hoidon jälkeen fyysinen väsymys yleensä kuitenkin häviää nopeasti.

Psyykkinen valmius työntekoon ei välttämättä palaudu samassa tahdissa kuin fyysinen kunto. Sairauden aiheuttama henkinen paine – stressi – aiheuttaa usein henkistä väsymystä. Tiheään toistuvat sairaalakäynnit, huoli tulevaisuudesta ja läheisistä kuormittavat ihmisen henkistä jaksamiskykyä. Jokainen reagoi hoitoihin omalla tavallaan. Jotkut kykenevät hoitamaan työnsä tavalliseen tapaan hoitajaksojen aikana, jotkut tarvitsevat sairauslomaa tai väliaikaisesti osa-aikatyötä.

Tärkeää on, että syöpään sairastunutta työntekijää ei unohdeta sairastamaan. Työnantajan, työtovereiden ja työterveyshuollon tuki ovat tärkeä osa sitä pohjaa, jolle sairastunut voi luoda tulevan elämänsä.



*"Esimieheni istui minua vastapäätä ja nieleskeli itkua. Olimme päässeet keskustelussamme siihen vaiheeseen, kuinka lapseni olivat reagoineet kuultuaan minun sairastavan syöpää.*

*Esimieheni suhtautui koko sairastamiseni ajan upeasti: kannustaen, rohkaisten, kysellen vointiani myös sairausloman aikana. Toivuin isosta vatsaleikkauksesta nopeasti ja hyvin ja palasin työhön runsaat kaksi kuukautta leikkauksen jälkeen.*

*Myös siinä vaiheessa sain esimieheiltäni osakseni huolenpitoa ja rohkaisua. Kaikkia työtovereitani yhdisti yksi yhteinen piirre: hämmästys. Kuinka oli mahdollista, että palasin työhön reippaana ja hyväkuntoisen näköisenä?"*



### LUOVA AJATTELUA TARVITAAN



*"Työkaverit suhtautuivat minuun oikein hyvin koko ajan. Ei mitään ylitsevuotavaa osanottoa, mutta en sellaista kaivannutkaan. Esimiehetkin suhtautuivat toisalta hyvin, mutta toisaalta olisin kaivannut, että työpisteeseemme olisi saatu kolmas henkilö vaikkapa heti kun menin leikkaukseen.*

*Olen miettinyt, olisiko ollut parempi olla sairauslomalla koko hoitoaika, leikkauksesta sädehoitojen päättymiseen saakka. Työnantajan olisi ollut pakko siirtää joku minun sijaisekseni. Työelämä on nykyään sellaista, että se vaatii vähintään sataprosenttisen työpanoksen, usein enemmänkin. Työterveyshoitohan olisi tietenkin se paikka, josta tämäkin asia voisi välittyä esimiehille. Mutta meillä se koettaisiin varmaan pahana: 'menee nyt valittamaan työterveyshuoltoon, eikös se nyt ole kunnossa, kun hoidot on tehty...'*

*Esimiesten olisi pitänyt ajoissa ennakoida tilanne ja hoitaa sijaisjärjestelyt kuntoon."*

Syöpään sairastunut joutuu kamppailemaan paitsi sairautensa kanssa, myös tulevaisuuden haasteiden kanssa. Vaikka paranemisen näkymät olisivat hyvät, joutuu työikäinen miettimään, onko

esimerkiksi työkyvyttömyyden tai työttömäksi jäämisen uhka ole-  
massa. Työnantaja saattaa pohtia työsuhteen jatkamisen riskejä tai  
sitä, uskaltaako kerran sairastunutta lainkaan ottaa töihin.

Syövän sairastanut työntekijä joutuu elämään ympäristönsä ennako-  
luulojen kanssa. Hän saattaa joutua vakavasti miettimään miten  
avoin kannattaa olla. Koska syöpään liittyy paljon kielteisiä ennako-  
luuloja, ei esimerkiksi uutta työpaikkaa hakiessa välttämättä kan-  
nata mainita sairastaneensa syövän, ellei asiaa erityisesti kysytä.  
Sairaudesta kertominen on muutenkin jokaisen oma valinta. Tämä  
on paljolti myös luonnekysymys.

Työterveyshuollolla on kaksinainen rooli niin syöpään sairastunei-  
den, kuin muidenkin terveysongelmista kärsivien kohdalla. Toi-  
saalta se on olemassa sairastuneen työntekijän hyväksi; toisaalta  
työterveyshuolto on myös työnantajan asialla arvioidessaan työn-  
tekijän työkykyä. Tärkeä on myös työterveyshuollon rooli sopivien  
toimien löytämiseksi työhön palaamisen tueksi. Kannattaa kuitenkin



muistaa, että eri työpaikkojen välillä työterveyshuollon laajuus vaihtelee suuresti.

Jokaisen työntekijän on tarpeen itse tarkkailla omaa terveydentilaansa ja jaksamistaan. Ammatillinen ylpeys voi joskus estää sen tosiasian tunnustamisen, ettei muuttuneen terveydentilan takia selviydy aina ja kaikista työtehtävistä samoin kuin ennen. Joskus on uskallettava rohkeasti myöntää, että on vain ihminen eikä mikään supersankari.

Sairauslomakierrettä ja eläkkeelle jäämisen uhkaa parempi ratkaisu on usein työn uudelleen järjestely. Tällaiset uudelleen järjestelyt eivät saa kuitenkaan johtaa työntekijän kannalta kielteisiin seurauksiin. Jos järjestelyillä huononnetaan työntekijän asemaa, muut samassa asemassa olevat eivät ehkä lainkaan uskalla kertoa omista ongelmistaan.

Yleisestikin olisi työpaikoilla hyvä omaksua yhteistoimintamuoto, jossa käytetään työterveyshuollon asiantuntemusta, otetaan huomioon palkkaukselliset seikat ja pyritään toteuttamaan työn uudelleen järjestelyt ilman että työntekijälle syntyy haitallisia seuraamuksia tai taloudellista menetystä.

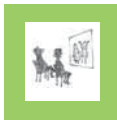
Kaikenlaisten yllättävien tilanteiden riittävä ennakointi on työpaikalla aina tärkeää. Hyvä työnjohto on varautunut siihenkin, että työntekijät sairastuvat toisinaan vakavastikin, mutta kykenevät toivuttuaan palaamaan töihin. Työyhteisön täysi tuki helpottaa työhön palaamista huomattavasti.

### UUSIN SOVELLUKSIIN ETEENPÄIN

Syövästä toipuneella saattaa olla erilaisia fysiologisia tarpeita, jotka voidaan ottaa työympäristössä huomioon jopa melko pienin muutoksin. Työterveyshuolto on parhaimmillaan aktiivinen tekijä esimerkiksi apuvälinehankinnoissa. Kansaneläkelaitos voi osallistua kustannuksiin, mutta työnantaja voi kustantaa yksinkertaisia ratkai-

suja, jotka auttavat työntekijää jatkamaan työssään. Useimmiten kysymyksessä ovat erilaiset ergonomiset ratkaisut ja työtekkoa helpottavat apuvälineet.

Syövän sairastaneella voi olla ohimeneviä tai pysyviä toiminnallisia rajoituksia. Tällaiset yksinkertaiset, mutta samalla työntekijäkohtaiset muutokset saattavat aiheuttaa työtovereissa hyvin suomalaiskansalliseen tyyliin kateutta. Sitä voi vähentää kertomalla avoimesti, että näin on tehty. Kannattaa miettiä, onko syytä olla kateellinen siitä, että työtoveri on sairastanut syövän. Työmenetelmiä voidaan soveltaa yhdessä työntekijän ja työnjohtajan kanssa pohtimalla. Tietotyötä tekeväille voidaan hankkia uuteen tilanteeseen paremmin sopiva näppäimistö tai hiiri tai molemmat. Työpistettä voidaan järjestellä uudelleen tarpeiden mukaan. Viitseliäisyydellä ja tavallisen soveltavan järjen käyttämisellä päästään usein pitkälle.



*"Onko niin, että me ihmiset voimme hyvin vasta kun joku tuntemamme voi huonosti? Näin minulle totesi kynnisesti oma lääkäri, kun kerroin hänelle työtovereiden suhtautumisesta sairauteeni."*



### TYÖNTEKIJÄ

- Pieni lepoetki voi auttaa jaksamaan koko päivän.
- Puhu työnantajan kanssa työntekoa mahdollisesti rajoittavista tekijöistä.
- Yritä sopia tarvittaessa työaikajärjestelyistä ja joustoista.
- Selvitä tilanne perheelle, työtovereille ja ystäville.
- Muista, että toipuminen on yksilöllistä.



### TYÖNANTAJA, ESIMIES

- Anna työntekijälle mahdollisuus toipua rauhassa. Pidä kuitenkin häneen yhteyttä ja osoita, että olet kiinnostunut hänen voinnistaan.
- Keskustele hoitojen vaatimista järjestelyistä.
- Älä hoputa työhönpaluuta, mutta älä myöskään estele sitä.
- Jos olet epävarma, kannattaa kysyä neuvoa työterveyshuollosta.
- Toipunut työntekijä on sama ja yhtä taitava työntekijä kuin ennenkin; erinäisiä kokemuksia rikkaampi.

### TYÖTERVEYSHUOLLON EDUSTAJA

- Toipuvaan työntekijään on hyvä pitää yhteyttä ja rohkaista toipumisessa.
- Työterveyshuollolla on tärkeä tehtävä työhön palaamisen helpottamiseen liittyvien terveydellisten seikkojen arvioinnissa.

### TYÖTOVERI

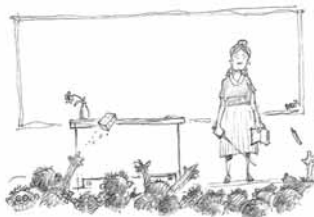
- Ymmärrä sairaudestaan toipuvaa työtoveriasi.
- Älä kadehdi hoidoissa käyvän poissaoloja tai korvattavia etuisuuksia. Sairastuneelle kuuluvat tietyt edut, mutta niiden saamiseksi tuskin kukaan haluaa itse sairastua.
- Toipuva työtoveri kaipaa tukeasi. Ota yhteyttä ja kysy, voiko häntä käydä katsomassa sairaalassa tai kotona.
- Ota toipunut työtoveri takaisin entisenlaisena kaverina.
- On hyväksyttävää olla välillä kahvilla tai tupakkatauolla. Samalla tavalla hyväksytyä pitäisi olla levähtää tilapäisesti sairastumisen aiheuttaman uupumuksen takia.

### USEIMMAT SYÖPÄÄN SAIRASTUNEET JATKAVAT TÖISSÄ

Syöpäsairauksien hoitotulokset ovat viime vuosina nopeasti parantuneet ja siksi yhä useampi työiässä syöpään sairastunut palaa hoitojen jälkeen työelämään tai jatkaa työssä käymistä hoitojen aikana.

Aikaisemmissa tutkimuksissa on arveltu, että esimerkiksi työnkuvan muuttuminen tai vaihtuminen, varhainen eläkkeelle jääminen, tulojen pieneneminen ja työttömäksi jääminen olisivat yleisiä ongelmia syöpään sairastuneilla. Uudemmissa tutkimuksissa on kuitenkin todettu, etteivät nämä ongelmat ainakaan enää 2000-luvulla ole niin yleisiä kuin aikaisemmin on arveltu. Esimerkiksi rintasyövän sairastaneilla naisilla ei ole tutkimuksissa havaittu suuria eroja työllisyydessä tai tulotasossa verrattuna tilanteeseen ennen sairastumista. Samoin nuorena syöpään sairastuneilla henkilöillä ei eräässä laajassa tutkimuksessa todettu eroja työllisyydessä verrattuna syöpää sairastamattomiin vertailuhenkilöihin.

Työterveyslaitoksen toteuttaman rekisteritietoihin perustuvan tutkimuksen mukaan syöpään sairastuneiden työllisyys oli ainoastaan yhdeksän prosenttia alhaisempi kuin muun väestön työllisyys. Syöpään sairastuneiden työllisyysprosentti oli 2-3 vuotta sairastumisen jälkeen 64, kun se syöpää sairastamattoman vertailuryhmän keskuudessa oli 73. Työllisyysprosentti oli ennen sairastumista kummassakin ryhmässä yhtä suuri (78). Eri syöpätyyppejä sairastavien työllisyydessä oli kuitenkin selviä eroja. Työssäkäynti oli harvinaisinta keuhko-, kurkunpää- ja keskushermoston syöpää sairastaneilla, kun taas esimerkiksi ihosyöpään sairastuneet olivat jopa hieman muuta väestöä useammin työelämässä.



Syöpätyypin lisäksi koulutus ja ammatti vaikuttavat työllisyyteen: tutkimuksen mukaan syöpään sairastuneiden työllisyysaste oli vertailuhenkilöihin nähden 4–19 prosenttia alempi koulutuksesta riippuen. Korkeakoulu- tai opistotason tutkinnon suorittaneet, samoin kuin suunnittelu-, johto- ja tutkimusaloilla työskentelevät syöpään sairastuneet olivat todennäköisemmin töissä kuin peruskoulun käyneet tai teollisuudessa ja palvelualoilla työskentelevät.

Lisäksi lähes kaikkien syöpäsairauksien kohdalla sairastuneiden eläkkeelle jääminen on yleisempää kuin muun väestön. Tutkittaessa kaikkien Suomessa vuonna 1997 elossa olleiden työikäisten syöpään sairastuneiden (46 312 henkilöä) eläkkeelle jäämistä selvisi, että he jäivät eläkkeelle keskimäärin 25 prosenttia vertailuhenkilöitä useammin. Eri syöpiä sairastavien väliset erot olivat kuitenkin suuret. Kaikista suurin riski jäädä eläkkeelle oli leukemiaan ja keskushermostosyöpään sairastuneilla: se oli kaksinkertainen vertailuhenkilöihin nähden, kun taas esimerkiksi melanoomaa sairastaneiden ja heidän vertailuhenkilöidensä välillä ei havaittu eroja eläkkeelle siirtymisessä.

#### YHTEISKUNTA TARVITSEE OSAAVIA TYÖNTEKIJÖITÄ

Syöpään sairastuneiden mahdollinen paluu työelämään ei aina ole ollut selvä asia. Vielä 1970-luvulla juuri kukaan syöpään sairastunut työntekijä ei palannut työelämään; sairastuneista yrittäjistä paluun työhön tekivät sen sijaan silloinkin lähes kaikki.

Monet tutkijat ovat kiinnittäneet huomiota siihen, että työikäisten määrä Suomessa vähenee huomattavasti, kun niin sanotut suuret ikäluokat saavuttavat eläkeiän. Käy yhä tärkeämmäksi, että kaikille työkykyisille taataan mahdollisuus jatkaa työelämässä. Asian yhteiskunnallinen merkitys on suuri. On tärkeää, että ihmiset voivat kaikissa oloissa olla toimivia yhteiskunnan jäseniä.

Kysymys syöpään sairastuneen töihin paluusta ei ole yksinomaan lääketieteellinen. Kysymys on paljolti sosiaalinen ja sairastumisen

jälkeisen työhön paluun mahdollisuuksiin vaikuttavat myös asenteet. Vanhakantaisissa asenteissa painotetaan usein sairastumiseen liittyvää lopullista työkyvyn menetyksen riskiä. Tällaisia asenteita muuttamalla voidaan päästä yhä useammin siihen, että työntajat ja työntekijät pitävät töihin palaamista syövästä toipumisen jälkeen normaalina ja suotavana asiana.

Kun työkaveri on sairastanut syövän ja hän palaa takaisin työpaikalle, hän kaipaa tukea ihmisiltä ympärillään. Häntä on kohdeltava tervehtyvänä työkaverina, ei entisenä syöpäpotilaana.

Työterveyslaitoksen toteuttamassa kyselytutkimuksessa selvitettiin, kuinka paljon tukea syöpään sairastuneet olivat saaneet työpaikalta ja työterveyshuolloilta ja kuinka tyytyväisiä he olivat saamaansa tukeen. Huomattava osa syöpään sairastuneista olisi toivonut työterveyshuolloilta ja esimiehiltä enemmän tukea. Naiset saivat enemmän tukea kuin miehet, mutta he myös toivoivat miehiä enemmän lisää tukea. Työterveyshuolloilta lisätukea toivoi lähes 30 prosenttia miehistä ja 40 prosenttia naisista. Miehistä eniten lisätukea toivoivat 40–49-vuotiaat, lymfoomaa sairastaneet ja kemoterapiaa saaneet sekä peruskoulun käyneet, palvelualan työtä tai rakennus-, valmistus- ja kuljetustyötä tekevät. Naisilla lisätuen toivominen oli yhtä yleistä kaikissa ryhmissä.

Esimiesten toivottiin ottavan sairaus entistä paremmin huomioon työtehtävien suunnittelussa ja työterveyshuolloilta toivottiin enemmän neuvoja työelämässä selviytymisestä. Lisäksi työterveyshuolloilta toivottiin työolojen arviointia työssä selviytymisen kannalta.

Työterveyslaitoksen kyselytutkimuksen mukaan syöpään sairastuneiden työkyky ei olennaisesti poikkea syöpää sairastamattomien työkyvystä. Kuitenkin 26 prosenttia kyselyyn vastaajista koki fyysisen työkykynsä ja 19 prosenttia henkisen työkykynsä laskeneen syövän vuoksi. Syöpään sairastuneet, joilla oli useita sairauksia ja jotka olivat saaneet kemoterapiaa, kokivat muita useammin työkykynsä

huonontuneen syövän vuoksi. Työpaikan sosiaalisilla tekijöillä oli paljon vaikutusta työkykyyn. Syöpään sairastuneet henkilöt, jotka kokivat työilmapiirinsä hyväksi ja jotka olivat sitoutuneet työpaikaansa kokivat muita harvemmin työkyvyn alenemista.

### TUTKITTUA TIETOA

Rekisteritutkimuksella on selvitetty syöpään sairastuneiden työllisyyttä 2–3 vuotta diagnoosin jälkeen verrattuna samanikäisten ja samaa sukupuolta olevien vertailuhenkilöiden työllisyyteen. Tutkimuksessa käytetyn aineiston laajuus ilmenee taulukosta. Esimerkiksi rintasyöpään sairastuneita oli aineistossa yli 4000 ja ihomelanoomaan sairastuneita vajaat 900. Yleensä syöpään sairastuneiden työllistymisessä ei ollut merkittäviä eroja muuhun väestöön nähden keuhkosyöpää lukuun ottamatta. Syöpään sairastuneiden joukossa on niin työssä käyviä kuin työttömiä ja eläkeläisiä.

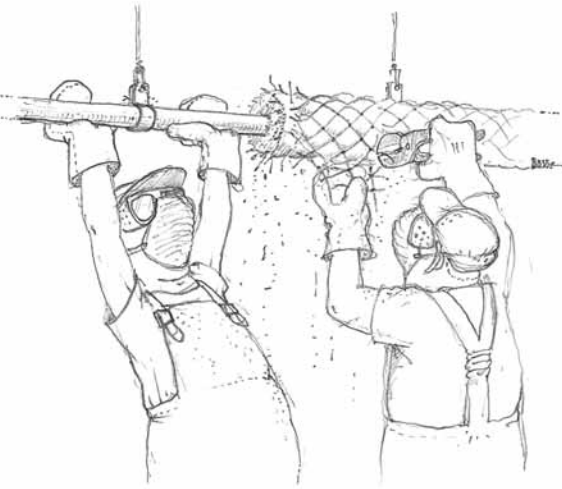
	Kaikki	Työssä %	
		Syöpään sairastuneet	Vertailuhenkilöt
Mahasyöpä	284	38	54
Paksusuolen syöpä	538	53	59
Peräsuolen syöpä	331	43	54
Kohdunkaulan syöpä	183	58	75
Kohdunrunгон syöpä	548	42	51
Munasarjasyöpä	534	54	65
Eturauhassyöpä	240	30	34
Kivessyöpä	206	72	69
Munuaissyöpä	404	50	55
Virtsarakon syöpä	364	47	57
Ihomelanooma	853	68	66
Muu ihosyöpä	203	56	53
Leukemia	222	45	64
Non-Hodgkinin lymfooma	411	49	66
Hodgkinin tauti	269	64	65
Keuhkosyöpä	279	19	43
Rintasyöpä	4 098	61	65
Keskushermostosyöpä	878	45	69
Kilpirauhassyöpä	629	70	70

Lähde: Työterveyslaitos

## TYÖPERÄISET SYÖVÄT

Työelämässä tulee toisinaan vastaan myös työn itsensä aiheuttamia syöpäsairauksia. Tämän kirjasen tarkoitus ei ole varsinaisesti käsitellä tätä ongelmaa, mutta työn ja syövän kyseessä ollessa aihetta ei ole syytä kokonaan sivuuttaa.

Ammattitaudit ovat sairauksia, joiden pääasiallinen aiheuttaja on työssä ilmenevä fysikaalinen, kemiallinen tai biologinen tekijä ja jotka lisäksi täyttävät muut ammattitaudille asetetut lainsäädännölliset edellytykset. Ammattitautia laajempia käsitteitä ovat työperäinen sairaus tai työhön liittyvä sairaus. Näissä sairauksissa työssä esiintyvä tekijä ei ole välttämättä pääasiallinen aiheuttaja. Se voi olla yksi monesta aiheuttajasta tai esimerkiksi pahentaa muusta syystä syntynyttä sairautta. On olemassa työperäisiä syöpäsairauksia, joita pidetään ammattitauteina. Tällaisia tapauksia ovat kuitenkin varsin harvat kaikista työikäisten syöpäsairauksista. Vuosittain ilmoitetaan ammattitauteina runsaat sata syöpätapausta. Tiedot perustuvat teokseen "Ammattitaudit 2002", Työterveyslaitos, Helsinki 2003.



Työperäisiä syöpäsairauksia ovat tyypillisimmin asbestin käsittelystä ja asbestipölyn hengittämisestä aiheutunut hengityselinten syöpä tai mesotelioma. Nämä sairaudet ilmenevät vasta hyvin pitkän ajan kuluttua altistuksesta. Usein asbestille altistunut työntekijä on jo eläkkeellä, kun hänen ammattitautinsa todetaan. Asbestisairauksia ilmenee erityisesti eristäjillä, mutta myös muun muassa rakennusalan ja telakkateollisuuden ammattiteissa toimineilla.

Muita kuin asbestialtistuksesta johtuneita syöpiä ilmoitetaan ammattitauteina vuosittain vain muutamia.

Työperäisen syövän määrittelemisen ei ole aina aivan yksinkertaista. Työterveyshuollolla on kuitenkin tärkeä rooli myös mahdollisten sairauksien toteamisessa sekä niiden ehkäisemisessä ennalta.

Työpaikoilla on pyrittävä aina selvittämään mahdolliset ja todelliset altistumiskelijät. Työterveyshuollon rooli on tässä selvitystyössä merkittävä. Työpaikkakartoitukset on tehtävä huolella. Työntekijän on ilmoitettava syöpädiagnoosistaan työterveyshuollolle, jonka on selvitettävä mahdolliset altistukset. Ammattitautiepäilyistäkin on aina tehtävä ilmoitus viranomaisille.

Sen lisäksi, että työpaikoilla tehdään työpaikkakartoitus- ja tarkastustoimintaa, niillä on myös pyrittävä poistamaan altistuslähteet ja kirjattava mahdollisissa vaaratilanteissa altistuneet työntekijät.

Työpaikoilla on syytä ymmärtää, että altisteet ovat aina vakava asia. Syöpäsairauden vaaraa aiheuttavat aineet ovat yleensä sellaisia, että altisteen haitallisuuden alarajaa ei ole määriteltävissä, vaan vähäinenkin altistus voi johtaa sairastumiseen. Työntekijöiden altistuminen on pyrittävä estämään sataprosenttisesti.

Ammattitaudista maksettavat korvaukset määräytyvät tapaturmavakuutuslainsäädännön mukaan, koska ammattitaudit rinnastetaan siinä työssä sattuneisiin työtapaturmiin. Työnantajan antamalla vakuutustodistuksella työntekijä saa sairaanhoidon ja tarvittavat lääkkeet maksutta.

## LAINSÄÄDÄNTÖ JA TYÖMARKKINAT

Työntekijän ja työnantajan suhteiden kokonaisuutta kutsutaan yleensä työsuhteeksi. Työsuhteen ehdot määräytyvät monesta eri lähteestä alkaen perustuslaista ja päätymen työnantajan käskyihin eri työtilanteissa. Väliin mahtuvat työsopimuslaki, työehtosopimukset ja kunkin työntekijän omat henkilökohtaiset työsopimukset.

Sellaisissa tilanteissa, joissa työnantaja ja työntekijä ovat eri mieltä työsuhteen ehtojen tulkitsemisesta, työntekijän on noudatettava työnantajan tulkintaa siihen saakka, kunnes tulkintaerimielisyys on ratkaistu. Tätä kutsutaan työnantajan tulkintaetuoikeudeksi.

Työnantajalla ja työntekijöillä on omat lakien ja sopimusten asettamat velvoitteensa työsuhteissa. Työnantajan on kaikin tavoin edistettävä suhteitaan työntekijöihin sekä myös työntekijöiden keskinäisiä suhteita. Työnantajan on huolehdittava siitä, että työntekijä selviytyy työstään muuttuneissa olosuhteissa. Jos työntekijä





esimerkiksi sairastuu, mutta kykenee yhä työhönsä, työnantajan on pyrittävä auttamaan työntekijää suoriutumaan työssään. Tällainen auttaminen voi tarkoittaa vaikkapa kohtuullisia muutoksia työvälineissä, työympäristössä tai työajoissa.

Tällaisessa niin sanotussa yleisvelvoitteessa on kysymys tavoitteista, joita hyvässä työyhteisössä noudatetaan. Joissakin tapauksissa saattaa esimerkiksi sairastuneen työntekijän kohdalla tulla eteen kysymys, selviytyykö työntekijä työn asettamista vaatimuksista ja voisiko hän selviytyä paremmin hieman toisenlaisesta työstä, jota työnantajalla on tarjota. Tällöin voi tulla kysymykseen lisä- tai uudelleen koulutus.

Työnantajan on kohdeltava työntekijöitään tasapuolisesti, kaikenlainen syrjintä on kiellettyä.

## Sairausajan palkka

Silloin kun sairastuminen estää työntekijää tekemästä työtään, hänellä on oikeus sairausajan palkkaan. Jos työsuhde on jatkunut vähintään kuukauden ajan, työntekijällä on oikeus täyteen sairausajan palkkaan sairastumispäivää seuranneen yhdeksännen arkipäivän loppuun, enintään kuitenkin sairausvakuutuslain mukaiseen päivärahaan asti. Alle kuukauden jatkuneissa työsuhteissa työntekijällä on vastaavasti oikeus saada 50 prosenttia palkastaan sairausajan palkkana. Työehtosopimuksissa on yleensä sovittu näitä työsuopimuslain määräyksiä huomattavasti pitemmistä ajoista, joilta sairausajan palkkaa maksetaan.



Maksettuaan työntekijälle sairausajan palkan työnantajalla on työsuopimuslain mukaan oikeus saada työntekijälle sairausvakuutuslain tai tapaturmavakuutuslain mukaan tuleva päivärahorvaus maksettua palkkaa vastaavaan määrään saakka.

Useissa työehtosopimuksissa on sovittu, että työnantaja voi valita käytettävän lääkärin, jos työnantaja vastaa lääkärissä käynnin kustannuksista. Lähtökohtana kuitenkin pidetään sitä, että laillistetun lääkärin antama lausunto työntekijän sairaudesta on pätevä.

## Yksityisyyden suoja

Yksityisyyden suojasta työelämässä on olemassa oma lakinsa. Työntekijän terveydentilaa, sairautta tai häneen kohdistuvia hoitotoimia koskevat tiedot on määritelty arkaluontoisiksi. Näitä arkaluontoisia tietoja työnantaja ei yleensä saa käsitellä. Joissakin erityistilanteissa, kuten sairausajan palkan maksamisen yhteydessä ja sen selvittämisessä, onko työntekijä työkykyinen, tietojen käsittelyyn on työnantajalla oikeus.

Työntekijän terveydentilaa koskevia tietoja saavat käsitellä vain sellaiset henkilöt, jotka näiden tietojen perusteella valmistelevat tai

tekevät työsuhdetta koskevia päätöksiä tai toteuttavat niitä. Nämä henkilöt on erikseen etukäteen nimettävä. Tietoja käsittelevillä henkilöillä on tietojen suhteen vaitiolovelvollisuus. Terveystilaa koskevat tiedot on säilytettävä erillään muista työnantajan keräämistä henkilötiedoista.



*"Muistan aina sairastumiseni rintasyöpään esimieheni käytöksestä. Itse sairastuminen ei ollut minulle mikään shokki. Olin alle 50-vuotias enkä tuntenut itseäni pienen kasvaimen vuoksi mitenkään sairaaksi. Pyysin esimiestäni olemaan puhumatta työpaikalla asiasta.*

*Kävin aamuisin sädehoidoissa, mutta muuten olin normaalisti töissä. Kului kuukausia ja hoidot olivat päättyneet. Työskentelin isossa yhtiössä, jolla oli toimipaikkoja ympäri maata. Kerran eräs samassa yhtiössä, mutta toisella paikkakunnalla työskentelevä ystäväni soitti minulle. Hän oli pitkään miettinyt, kertoisiko minulle, mitä oli tapahtunut. Onneksi kertoi.*



*Esimieheni oli kaikissa yhtiön toimipaikoissa kertonut minun sairastavan rintasyöpää. Hän kai arveli, että sensaatiouutinen sai muut kuuntelemaan häntä. Työntekijät olivat keskenään ihmetelleet, miksi esimies kertoi julkisesti näin henkilökohtaisia asioita.*

*Kun kuulin tapahtuneesta, jokin kuohahti minussa. Olen saanut hyvän kasvatuksen ja yleensä kärsivällinen ja rauhallinen. Nyt tunsin, että minua oli loukattu syvästi.*

*Marssin esimieheni huoneeseen ja halusin tietää vain yhden asian: miksi? Esimies väitti, ettei ollut puhunut asiasta muille, mutta silmiini hän ei katsonut. Hän ei myöskään vastannut kun kysyin väittikö hän ainakin 15 ihmisen eri puolelta maata valehtelevan.*

*Kysyin luottamusmieheltä, saako esimies käyttäytyä tällä tavalla. Ei tietenkään saa, jopa esimiehen käsikirjassa oli annettu ohjeet tällaisissa tilanteissa menettelemisestä. Luottamusmies meni puhumaan esimieheni kanssa.*

*Jätin asian sikseen. Esimieheni ei koskaan pyytänyt anteeksi menettelyään. Tämän tapauksen jälkeen suuni on pysynyt supussa, kun on tullut puhe terveydestäni.*

*Kamalin kokemus koko rintasyövässä."*

## **Työturvallisuus on taattu laissa**

Työturvallisuuslaki on merkittävä säädös työntekijän terveyden ja turvallisuuden suojaamiseksi. Työntekijän ominaisuudet sekä työkykyä rajoittavat seikat on lain mukaan otettava huomioon työkuormituksen järjestelyissä ja työtä teetettäessä. Tällaiset seikat on otettava huomioon jo työtä suunniteltaessa.

Sairaus voi vaikuttaa työntekijän kykyyn suoriutua turvallisesti työstään. Työntekijällä on kuitenkin oikeus pidättäytyä tekemästä työtä, jota hänen oman kokemuksensa mukaan voi pitää terveydelle vaarallisena. Kysymyksessä on niin sanottu subjektiivinen oikeus, jossa työnantajalla ei ole tulkintaetuoikeutta. Työntekijän on toisaalta heti ilmoitettava työnantajalle, jos esimerkiksi hänen sairautensa vuoksi jokin työtehtävä on käynyt vaaralliseksi. Työnantajan on tällaisissa tapauksissa poistettava vaara esimerkiksi järjestämällä muuta työtä. Myös työsuojeluvaltuutetulla on oikeus keskeyttää välittömästi terveyden tai hengen menettämisen vaaran aiheuttava työ.

Työturvallisuuslakia säätäessään eduskunta on nähnyt välttämättömäksi säätää näinkin voimakkaasti, jotta ihmiset eivät työelämän paineissa toimisi omaa terveyttään vaarantaen.

Työntekijän terveys voi toipumisvaiheessa vaarantua työtehtävissä monin tavoin. Esimerkiksi kirurgisten toimenpiteiden jälkeen ponnistelu raskaiden taakkojen kanssa voi olla haitallista. Tällaisissa tilanteissa on työntekijän voitava kieltäytyä painavien esineiden nostelusta.

Esimieskoulutuksessa on syytä korostaa, että työntekijän on voitava keskeyttää työnteko, jos terveys vaarantuu. Työntekijälle on tällaisia tilanteita varten hyvä antaa ohje siitä, kehen pitää ottaa yhteys: esimieheen, työsuojelupäällikköön vaiko johonkuhun muuhun. Tärkeintä työntekijän terveyden kannalta on, että työntekijä käyttää omaa ymmärrystään silloin, kun voi pelätä terveytensä olevan vaarassa.

Olipa ihmisellä mikä tahansa työ- tai toimintakykyä rajoittava ominaisuus tai sairaus, hänen on viisasta ilmoittaa siitä esimiehelle. Tällöin esimies tulee vastuulliseksi siitä, että työntekijällä ei



teetä työtä, josta olisi hänelle vaaraa. Työnantajan edustajalla on johtaessaan työtä velvollisuus ottaa asia huomioon ja pitää se luottamuksellisena, jotta työntekijät uskaltaisivat kertoa mahdollisista rajoittavista sairauksistaan ja niiden hoidosta. Esimerkiksi sytostaattihoitajaksojen aikana työkyky yleensä heikkenee, paino saattaa laskea, heikkouden tunne on yleistä.

## Muutokset arvioitava yhdessä

Työntekijän sairaus voi johtaa toisaalta satunnaisiin ja lyhytkestisiin työkyvyn, toisaalta pitkäkestisiin ja pysyviin muutostilanteisiin. Nämä tilanteet on arvioitava eri tavoin yhdessä työnantajan ja työntekijän kesken.

Työntekijän on syytä tilanteensa hahmotettuaan selvittää itselleen, voiko hän esimerkiksi pysyä urakkavauhdissa liukuhihnalla pakkaajana. Jos vauhdissa pysyminen osoittautuu liian vaativaksi, hänen on syytä olla yhteydessä työsuojeluvaltuutettuun ja luottamusmieheen. Työterveyshuollon neuvontaakin työnjohdolle saatetaan tarvita.

Kyse on työntekijän työkykyyn tuleista muutoksista, jotka on otettava huomioon työtä järjestettäessä. Joskus saatetaan tarvita jopa uuteen ammattiin kouluttamista, jos muutostila on pysyvä.

Ansioihin kohdistuvia vaikutuksia selvitettäessä yhteys luottamusmieheen ja työsuojeluasiamieheen on tarpeen. On selvitettävä mahdollisuudet jatkaa työtä tietyin muutoksin. Usein ei ole kysymys suurista eikä suurista kustannuksista vaativista muutoksista, kunhan sopiva idea löytyy. Usein tällaisessa ideoinnissa tarvitaan myös työterveyshuollon asiantuntemusta.



Jos näyttää selvästi tarpeelliselta muuttaa työtehtävää perusteellisesti, voi tulla kysymykseen myös esimerkiksi työeläkelaitoksen kuntoutusjärjestely. Sitä on haettava työntekijän vakuuttaneelta eläkelaitokselta, jonka on asiassa annettava päätös. Eläkelaitoksen asiantuntijat arvioivat kunkin tilanteen erikseen.

### **Työsopimuksen päättäminen sairauden vuoksi**

Työntekijä voi irtisanoutua milloin vain työsuhteensa aikana ilman mitään syytäkään. Työnantaja voi sen sijaan irtisanoa työntekijän kanssa tehdyn työsuhteen vain joko henkilökohtaisilla perusteilla tai tuotannollisilla tai taloudellisilla syillä. Työsopimuslaissa on esimerkkiluettelo tilanteista, joissa työntekijää ei saa irtisanoa. Tässä luettelossa mainitaan työntekijän sairaus, ellei työntekijän työkyky ole sairauden vuoksi vähentynyt olennaisesti ja niin pitkäaikaisesti, ettei työnantajalta voida kohtuudella edellyttää sopimussuhteen jatkamista.

Henkilökohtaisina työsuhteen purkamisen perusteina voivat tulla kysymykseen vain riittävän moitittava käyttäytyminen tai laiminlyönti. Jos sairastuminen heikentää merkittävästi työntekijän mahdollisuutta työn tekemiseen, on etsittävä mahdollisuuksia työntekijän kuntouttamiseen tai uudelleenkouluttamiseen. Ellei tällaistaakaan mahdollisuutta ole, tulee eteen mahdollisuus työntekijän siirtymiseen työkyvyttömyyseläkkeelle.

Joissakin työehtosopimuksissa on erityisesti kielletty työntekijän irtisanominen hänen sairauslomansa aikana. Työnantaja ei saa irtisanoa työntekijää, jos hänet voidaan sijoittaa tai kouluttaa toisiin tehtäviin.

## KUNTOUTUMINEN ON OIKEUS JA MAHDOLLISUUS

Syöpään sairastuneella tai muuten työkyvyttömyyden uhan eteen joutuneella työntekijällä on työelämässä jatkamiseksi yksi tärkeä mahdollisuus: kuntoutuminen. Kuntoutujan oma aktiivisuus on tärkeä onnistumisen edellytys. Kukaan ulkopuolinen ei pysty tuloksellisesti kuntouttamaan ketään, ellei kuntoutuja itse halua olla mukana täysipainoisesti.

Kuntoutukseksi kutsutaan kaikkia niitä suunnitelmia ja toimintatapojen välineistöä, joita kuntoutujalle on tarjolla.

Kuntoutus on aina yksilöllistä. Kun arvioidaan kuntoutuksen tarvetta ja mahdollisuuksia ja suunnitellaan kuntoutusohjelmaa, otetaan huomioon kuntoutettavan ikä ja koulutus, työkokemus ja muu osaaaminen, terveydentila ja sen ennuste. Työntekijän on itsensä tietysti oltava motivoitunut kuntoutukseen ja työelämäänsä palaamiseen.

Kuntoutukseen ei varsinaisesti kuulu sairastumisen alkuvaiheen lääkinällinen hoito. Siihen kuuluu suuri joukko erilaisia toimenpiteitä ja toimintaa perus- ja yleiskuntoutuksesta ammatillisen kuntoutuksen kaltaiseen selkeästi tavoitteelliseen toimintaan saakka.

Sairastuneen työntekijän kuntoutus on aina ammatillista kuntoutusta, toisin sanoen sillä parannetaan kuntoutettavan edellytyksiä jatkaa työelämässä. Ammatillinen kuntoutus voi olla erilaisia kursseja, työhön valmennusta, työkokeilua, oppisopimuskoulutusta; mahdollista on jopa nelivuotinen ammattikorkeakoulutus.

Kuntoutusetuuden hakija saa myönteisissä tapauksissa ennakkopäätöksen, joka on voimassa yhdeksän kuukautta. Tänä aikana yritetään löytää ja laatia kuntoutujalle sopiva kuntoutussuunnitelma.

## **Myönteinen asenne kuntoutumiseen**

Kuntoutujiin liittyviä kateuden sävyttämiä asenteita on syytä pyrkiä muuttamaan. Ei pidä ajatella, että kuntoutuja tekee muita vähemmän

työtä ja saa silti samaa palkkaa. On ajateltava, että kuntoutuja on kuntouduttuaan työyhteisön tehokas jäsen, jonka työpanos on tärkeä kaikille työtovereille siinä kuin työnantajallekin.

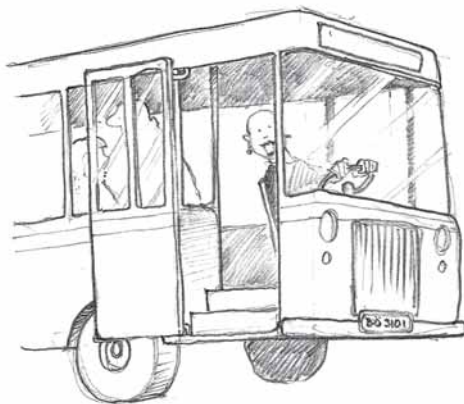
Kuntouttaminen on työntekijöille apuväline työelämään palaamiseen ja elämän hallintaan, ei päämäärä itsessään.

### **Kannattaa kysyä kuntoutumisesta**

Jo syöpähoitojen aikana kannattaa esittää lääkärille ja hoitohenkilökunnalle kysymyksiä kuntoutumisen mahdollisuuksista ja vaihtoehtoista. Myös omaiset ja läheiset voivat kysellä. Hoitoihin keskittyessä jää tuleva kuntoutuminen usein unohtuiksi. Monissa syöpää hoitavissa sairaaloissa on kuntoutusasioihin erikoistuneita sosiaalityöntekijöitä, jotka tuntevat kuntoutumiseen liittyvät asiat. Heidän asiantuntemustaan kannattaa käyttää hyväksi.

Kuntoutumisen mahdollisuudet ovat yksilöllisiä. Paljon riippuu lähtötilanteesta. Paikalliset syövä, joiden paranemisenuste on hyvä, antavat myös hyvän lähtökohdan kuntoutumiselle. Vaikeammassakin tapauksissa kuntoutuksen mahdollisuudet on aina selvitettävä. Kuntoutumisen tavoitteet on jokaisessa tapauksessa asetettava realistisesti.

Kuntoutuksessa voidaan käyttää lääkinnällisiä, sosiaalisia, psykologisia, ammatillisia, kasvatuksellisia, koulutuksellisia, hoidollisia ja liikunnallisia keinoja. Kuntoutusta perustellaan yleensä sekä yhteiskunnallisilla että yksilöllisillä näkökulmilla. Työntekijän kuntoutuminen lisää työntekijöiden määrää ja vähentää hoitokustannuksista, eläkkeistä ja uuden työvoiman kouluttamisesta johtuvia kuluja. Työntekijän elämänlaatua kuntouttaminen



yleensä parantaa. Hänen kannaltaan kuntoutuksen lähtökohtia ovat oma hyvinvointi, hyvä terveys ja toimintakyky, kiinnostava ja kykyjä vastaava työ tai muu tavoitteellinen toiminta.

### **Lääkinnällinen kuntoutus kunnan vastuulla**

Lääkinnällisellä kuntoutuksella pyritään parantamaan kuntoutujan fyysistä, psyykkistä ja sosiaalista toimintakykyä. Lääkinnällisen kuntoutuksen toimenpiteet liittyvät yleensä terveydenhuoltoon ja ne tulevat järjestetyiksi jo syövän hoidon yhteydessä. Lääkinnällistä kuntoutusta järjestävät ja kustantavat kunnallinen terveydenhoito ja Kansaneläkelaitos. Kuntoutujan kotikunnalla on käytännössä vastuu lääkitäntällisen kuntoutuksen järjestämisestä.

Lääkitäntällisen kuntoutuksen tyypillisiä muotoja voivat olla esimerkiksi lymfahoito, tukihihat ja rintaproteesit. Kuntoutujan kannattaa itsensä olla aktiivinen alusta lähtien. Koska kunnallisissa palveluissa on eroja, kuntoutujat saattavat käytännössä joutua jonkin verran eriarvoisiin asemiin. Kaikille on kuitenkin tarjottava samat kuntoutumisen palvelut, vaikka niiden saaminen voi pienillä paikkakunnilla olla hankalampaa kuin suurilla.



Työterveyshuollot voivat monissa tapauksissa olla aktiivisia kuntoutumisen järjestelyissä. Työkyvyn ylläpitämisessä aktiivinen työterveyshuolto on tärkeä tekijä.

Syöpöpotilaat eivät yleensä kuulu Kansaneläkelaitoksen lääkitäntällisen kuntoutuksen piiriin elleivät saa korotettua vammaistukea tai erityisvammaistukea. Kansaneläkelaitoksen harkinnanvarainen lääkitäntällinen kuntoutus saattaa silti tulla kysymykseen. On mahdollista saada yksilöllisiä kuntoutusjaksoja, esimerkiksi kuntoutuskursseja, joihin lukeutuvat muun

muassa niin sanotut ASLAK-kurssit. Tällaiset kurssit ovat luonteeltaan lähinnä ryhmämuotoista varhaiskuntoutusta.

### **Ammatillinen kuntoutus**

Kansaneläkelaitoksella on velvollisuus selvittää vajaakuntoisen henkilön ammatillinen kuntoutus 60 päivän sairausloman jälkeen tai myöhemmin eläkkeelle jäämisen torjumiseksi. Ammatillisen kuntoutuksen edellytyksenä Kansaneläkelaitoksella on, että kuntoutujan työkyky ja ansiomahdollisuudet ovat sairauden vuoksi olennaisesti heikentyneet.

Ammatillisen kuntoutuksen tärkeä muoto on työkykyä ylläpitävän ja parantavan valmennuksen järjestäminen, jota kutsutaan TYK- toiminnaksi. Tässä toiminnassa tekevät yhteistyötä työnjohto, työsuojelun ja työterveyshuollon henkilöstö.

TYK-kuntoutuksena voidaan järjestää muun muassa vajaakuntoisten ryhmämuotoisia kursseja, joiden aiheuttamia kustannuksia Kansaneläkelaitos korvaa.

Sairauden jälkeiseen työhön valmennukseen voi kuulua uusien valmiuksien ja tehtävien oppimista. Työ saattaa muuttua osittain tai kokonaan. Mahdolliset työkyvyn rajoitukset eivät välttämättä ole ehdottomia. Jokin menetetty kyky saattaa olla hyvin korvattavissa toisella. Jos uudelleen koulutuksella voidaan saada työllistymisen kannalta hyvä tulos, uusi työ kannattaa ottaa mahdollisuutena. Realistiset lähtökohdat ja oman tilanteen tunteminen ovat tärkeitä tekijöitä työhön paluuta järjestettäessä.

Kannattaa myös muistaa, että Kansaneläkelaitos voi kustantaa myös opiskeluvälineitä ja työn apuvälineitä. Jos itse pystyy työllistämään itsensä, Kela voi olla mukana kustannuksissa.

## Psykososiaalinen kuntoutus

Syöpään sairastunut kohtaa väistämättä monia uhkakuvia. Mieleen tulee pelottavia kysymyksiä. Selviydynkö tästä? Onko toimeentuloni turvattu? Miten sairastuminen vaikuttaa läheisiini?

Psykososiaalisen tuen tarve on aina syytä selvittää, ettei elämäntilanteiden kriisiytyminen pahenna kuntoutujan tilannetta.



Kuntoutumisen esteenä voi joskus olla voimakas masennus. Kaikille, varsinkaan masennuksesta kärsiville, ryhmämuotoinen kuntoutus tai terapia ei välttämättä

sovi. Kaikissa yliopistosairaalapiireissä on myös mahdollisuus saada yksilöllistä kriisiterapiaa. Joillekin on hyötyä asiantuntijan antamasta ammatillisesta psyykkisestä terapiasta.

Psykososiaalisella kuntoutuksella halutaan antaa mahdollisuus keskustella muiden saman kokeneiden ihmisten kanssa sairaudesta ja sen seurauksista sekä lisätä omaa tietoa ja osaamista, joita sairauden kanssa elämisessä tarvitaan. Syöpäjärjestöt ovat toteuttaneet psykososiaalista tukemista ja kuntoutusta jo yli 30 vuotta.

Psykoterapia voi myös kuulua Kansaneläkelaitoksen harkinnanvaraiseen lääkinnälliseen kuntoutukseen.

Suomen Syöpäpotilaat ry antaa työterveyshuollon henkilöstölle tietoa ja koulutusta psykososiaalisen tukemisen tärkeydestä.

## **Kuntoutussuunnitelma jäsentää tavoitteet**

Kuntoutuminen perustuu suunnitteluun. Se on monialaista ja moniammatillista toimintaa. Kuntoutussuunnitelma on tehtävä yksilöllisesti kunkin kuntoutujan omien tarpeiden ja mahdollisuuksien mukaan.

Vastuu kuntoutussuunnitelman tekemisestä on hoitavalla lääkärillä. Käytännössä tämän vastuun toteutuminen on useimmiten enemmän tavoite kuin toteutunut käytäntö. Ihannetapauksessa lääkärin apuna on monia eri asiantuntijoita aina kunkin tapauksen mukaan. Kuntoutujan tukena voi siis parhaimmillaan olla todellinen kuntoutustiimi. Syöpäjärjestöjen kuntoutustoimet täydentävät hyvin kuntoutumisen kokonaisuutta, kun kuntoutuja itse on aktiivisesti mukana.

Kuntoutussuunnitelma laaditaan kirjallisesti. Se on vapaamuotoinen, mutta muun muassa Syöpäjärjestöjen kuntoutustoiminta-esityksessä on esitetty kuntoutussuunnitelman perusrakenne.

Kuntoutussuunnitelmaan sisältyy aikataulu ja kuntoutujan oma sitoutuminen kuntoutumisen tavoitteisiin. Kuntoutujan omalla aktiivisuudella on ratkaiseva merkitys.

Kun Kansaneläkelaitos hyväksyy kuntoutussuunnitelman, se osallistuu myös kustannuksiin. Kuntoutujalle voidaan maksaa kuntoutumisajalta kuntoutusrahaa. Kansaneläkelaitoksen toimistoista kannattaa kysyä kaikkea kuntoutukseen ja sen korvaamiseen liittyvää.

## **Työeläkekuntoutus säilyttämään työkykyä**

Työkyvyttömyyden uhka tuli vuoden 2004 alussa ammatillisen kuntoutuksen kriteeriksi sekä työeläkevakuutuksessa että kansaneläkkeessä. Käytännössä tämä tarkoittaa sitä, että esimerkiksi kaikkien syöpään sairastuneiden työntekijöiden ammatillisen kuntouttamisen mahdollisuudet on tutkittava ja kuntoutusta annettava aina

kun se on mahdollista. Kuntoutus ei siis ole työntekijälle harkinnanvarainen vaan lakisääteinen etuus. Työntekijän on myös otettava kuntoutustarjous vastaan. Monessa yhteydessä korostetaan, että kuntoutujalla on paitsi oikeus, myös velvollisuus kuntoutukseen.

Työkyky on kokonaisuus, joka koostuu työntekijän työssä jaksamisesta, työn hallinnasta sekä työyhteisön toimintaan osallistumisesta. Työntekijän henkilökohtaisiin työoloihin ja työkykyisyyteen vaikuttaa työyhteisön toimivuus eli muiden muassa työjärjestelyt, työilmapiiri ja tiedonkulku. Monissa tutkimuksissa on todettu, että ongelmat työn hallinnassa sekä työntekijän osallistumismahdollisuuksien puuttuminen heijastuvat työntekijöiden jaksamisen ongelmina, erilaisina oireiluina ja sairastuvuutena.

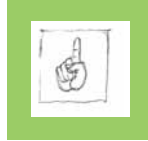
Jos työssä jatkaminen alkaa näyttää epävarmalta, ajatellaan ensiksi kuntoutuksen mahdollisuuksia eikä eläkettä. Kuntoutuksen aloittamisen edellytyksenä on, että työntekijällä on oltava todettu sairaus, vika tai vamma, joka uhkaa aiheuttaa työkyvyttömyyden viiden vuoden kuluessa. Ammatillisella kuntoutuksella on tarkoitus siirtää tai estää työkyvyttömyyden uhkaa. Työeläkejärjestelmässä edellytetään, että kuntoutuja on mukana työelämässä. Jos työsuhdetta ei ole päässyt kunnolla syntymään, asia kuuluu lähinnä Kansaneläkelaitoksen hoitoon. Jos viimeisestä työsuhteesta on jo vuosia aikaa, asia kuuluu puolestaan työhallinnon piiriin.

Työeläkejärjestelmän maksaman kuntoutuksen piirissä on vuosittain ollut runsaat viisi tuhatta työntekijää, joista syöpään sairastuneita on ollut muutama sata.

Työeläkelaitosten korvaukset kuntoutuksesta ovat suurempia kuin Kansaneläkelaitoksen, joten kannattaa aina ensin selvittää työeläkekuntoutuksen mahdollisuus.

### TYÖNANTAJA, ESIMIES

- Selvitä työntekijän työjärjestelyt, tarvittaessa mahdollisuudet työtehtävien vaihtoon.
- Yhteistyössä työsuojeluhenkilöstön ja työterveyshuollon kanssa selvitettävä työkykyä ylläpitävän ja parantavan valmennuksen järjestäminen (TYK-toiminta).
- Työssä oleva työntekijä on aina edullisempi vaihtoehto kuin uuden kouluttaminen.
- Osaavista työntekijöistä on tulevaisuudessa pulaa. Kannattaa luoda työntekijöistä kiinni pitämisen strategia.



### TYÖTERVEYSHUOLTO

- On syytä pitää yhteyttä työntekijään muutenkin kuin lääkärintodistusten kautta.
- Työhön paluun ongelmissa työterveyshenkilöstön kannattaa keskustella työntekijän kanssa.
- Yhteistyössä työnjohdon ja työsuojeluhenkilöstön kanssa selvitettävä työkykyä ylläpitävän ja parantavan valmennuksen järjestäminen (TYK-toiminta).
- Kuntoutumisprosessin voi käynnistää myös työterveyshuolto.

### TYÖNTEKIJÄ

- Ota yhteys sairaalan sosiaalihoitajaan tai kuntoutushoitajaan, jos sellainen on hoitavassa sairaalassa.
- Monet syöväen sairastaneet haluavat olla työssä vähän huonokuntoisempinakin.
- Työkykyä kannattaa pitää yllä ja edistää.
- Työntekijän oma sitoutuminen kuntoutumisen tavoitteisiin on kuntoutumisen tulosten kannalta välttämätöntä.

## KORVAUSJÄRJESTELMÄT

Työelämässä mukana oleville tarkoitettut monet korvausjärjestelmät ovat syöpään sairastuneen taloudellisena tukena sairastamisen aikana. Tarvittaessa toimeentulon järjestäminen voidaan hoitaa niissäkin tapauksissa, joissa työkyky on olennaisesti alentunut tai mennyt kokonaan.

### **Sairausvakuutuslain mukaiset etuudet**

Sairausvakuutuslain mukaisia korvauksia ovat esimerkiksi lääkärinpalkkioiden ja tutkimus- ja hoitokulujen korvaaminen sekä sairauspäiväraha. Näiden saaminen edellyttää, että hakija kuuluu kansaneläkelaitoksen eli Kelan hoitaman sairausvakuutuksen piiriin. Yleensä sairausvakuutuksen piiriin kuuluvat kaikki Suomessa vakinaisesti asuvat henkilöt. Todistuksena sairausvakuutuksen piiriin kuulumisesta on Kela-kortti. Jokainen Suomen sairausvakuutuksen piiriin kuuluva saa kuvattoman Kela-kortin.

Suomessa sairausvakuutettuna ja asuvana pidetään henkilöä, jolla on täällä varsinainen koti ja joka pääasiallisesti oleskelee täällä. Työntekijä tai yrittäjä on myös yleensä sairausvakuutettu Suomessa työskentelyn tai yritystoiminnan aloittamisesta lukien, jos työskentely kestää vähintään neljä kuukautta, tai kun yritystoimintaa on harjoitettu vähintään neljä kuukautta, asuipa hän Suomessa tai ei.

Yli vuodeksi ulkomaille muuttavat poistuvat yleensä Kelan hoitaman sairausvakuutuksen piiristä. Suomalaisen työnantajan ulkomaille lähettämät työntekijät säilyvät tietyillä edellytyksillä sairausvakuutuksen piirissä pidempäänkin.

### **Hoitokustannusten korvaaminen**

Sairausvakuutus on tarkoitettu korvaamaan yksityisen sairaanhoidon kustannuksia. Kela maksaa sairauskustannuksista osan, korvauksen hakijan maksettavaksi jää osa. Kelan toimistossa lasketaan vahvistettujen taksojen mukaiset korvaukset sairausvakuutuslaissa määrättyjen prosenttien mukaan lääkärinpalkkioista

sekä tutkimuksen ja hoidon kuluista. Esimerkiksi yksityislääkärin palkkioista Kela korvaa 60 prosenttia vahvistetun taksan mukaisesta määrästä.

Taksoista saa tietoa Internet-osoitteesta [www.kela.fi](http://www.kela.fi), Kelan toimitoista sekä työpaikkakassoista.

Kelasta voi hakea sairausvakuutuskorvausta Suomessa syntyneistä tarpeellisista sairauskuluista. Korvattavien kustannusten pitää johtua sairaudesta, raskaudesta tai synnytyksestä.

Sairaanhoitokorvausta voi hakea yksityislääkärin palkkioista, yksityislääkärin määräämistä tutkimus- ja hoitokuluista, lääkekuluista ja matkakuluista. Korvauksena sairausajan ansionmenetyksestä on päiväraha. Hakijan työkyvyttömyyden jatkumista pyritään estämään kuntoutuksella. Jos päivärahan saajan sairaus tai työkyvyttömyys kestää yli vuoden, on mahdollista hakea työkyvyttömyyseläkettä.

Sairausvakuutuksen perusteella maksettavat korvaukset ja päivärahat perustuvat sairausvakuutuslakiin sekä sairausvakuutusasetukseen.



## **Vakuutusyhtiöiden maksamat korvaukset**

Jos korvausta haetaan myös vakuutusyhtiöltä yksityisen sairausvakuutuksen perusteella, hakijan kannattaa ottaa kopiot tositteista, ennen kuin hän lähettää ne Kelan toimistoon. Korvausta voi hakea vakuutusyhtiöstä sen jälkeen, kun on saanut postitse päätöksen Kelan maksamasta korvauksesta.

## **Sairauspäiväraha**

Sairauspäiväraha on tarkoitettu korvaamaan työkyvyttömyydestä aiheutuvaa ansionmenetystä.

Jos sairaus aiheuttaa työkyvyttömyyttä ja ansiotulojen menetystä, sairastunut voi hakea sairauspäivärahaa Kelan toimistosta. Päivärahaa maksetaan yleensä hakijan verotetun vuosityötulon mukaan. Kela saa tiedon vuosityötuloista suoraan verottajalta. Hakijan työkyvyttömyys selviää lääkärintodistuksesta, jonka hän liittää hakemukseensa. Kelan toimistossa voidaan myöntää päiväraha suppean eli A-todistuksen perusteella yleensä enintään 60 päiväksi. Sairauspäivärahalla on tarkoitus korvata hakijan ansionmenetystä alle vuoden kestävänsä sairauden aikana. Jos sairaus jatkuu yli vuoden, hän voi hakea työkyvyttömyyseläkettä

## **Kuntoutus voi tulla avuksi**

Silloin kun sairaus vaikeuttaa selviytymistä työssä tai jokapäiväisessä elämässä, kysymykseen voi korvausmuotona tulla myös kuntoutus. Kuntoutuksella tarkoitetaan monipuolista toimintaa sairastuneen henkilön työ- tai toimintakyvyn säilyttämiseksi, parantamiseksi sekä elämänlaadun kohentamiseksi. Kuntoutus voi olla ammatillista tai lääkinnällistä. Ammatillinen kuntoutus voi olla esimerkiksi työ- ja koulutuskokeiluja, ammatillista koulutusta, ammatillisen koulutuksen vuoksi välttämätöntä yleissivistävää koulutusta tai työhön valmennusta.

Kuntoutustarpeen voi todeta henkilö itse, häntä hoitava lääkäri, työpaikan työterveyshuolto tai vastaava. Myös Kelan toimisto voi

ehdottaa asiakkaalleen kuntoutustarpeen ja sen mahdollisuuksien selvittämistä, jos kuntoutuksen tarve todetaan esimerkiksi sairauspäivärahan tai muiden etuuksien käsittelyn yhteydessä.

Kuntoutustarve on selvitettävä silloin, kun sairauspäivärahan saajan päivärahapäivien lukumäärä ylittää 60 päivän rajan. Kuntoutus suunnitellaan yhdessä asiakkaan ja kuntoutuksen asiantuntijoiden kanssa. Kuntoutus voi olla ammatillista tai lääkinnällistä. Sillä voidaan tukea pitkään sairauslomalla olleen henkilön työhön paluuta.

Kun sairastunut on saanut päivärahaa 150 päivältä, Kelan toimitosta lähetetään hänelle kirje, jossa tiedotetaan kuntoutusmahdollisuuksista. Tarvittaessa sieltä lähetetään hänelle myös tietoa eläkkeen tai muun korvauksen hakemisesta.

Työeläkejärjestelmässäkin tehdään kuntoutusratkaisuja, joilla pyritään parantamaan sairastuneen mahdollisuuksia jatkaa työelämässä. Keskeisenä seikkana kuntoutustarvetta arvioitaessa on työkyvyttömyyseläkkeen uhka, joka todennäköisesti toteutuisi lähivuosina ilman kuntoutustoimenpiteitä. Toinen keskeinen kriteeri on se, että ammatillisen kuntoutuksen avulla pystytään uhkaa pienentämään. Työeläkekuntoutuksen tavoitteena voi olla myös yksilön tukeminen palaamaan takaisin työelämään kuntoutustuelta tai työkyvyttömyyseläkkeeltä.

Työeläkekuntoutusasioista on pääsääntöisesti vastuussa se työeläkevakuutusyhtiö, jossa henkilön työpaikan työeläkevakuutus on tai jossa vakuutus viimeksi oli.

## **Kuntoutusraha**

Kela maksaa kuntoutujalle kuntoutusrahaa, kun kuntoutuksen tavoitteena on kuntoutujan työelämässä pysyminen, työelämään palaaminen ja sinne tulo. Kuntoutusrahalla turvataan kuntoutujan toimeentulo kuntoutukseen osallistumisen ajalta sekä tarvittaessa myös kuntoutuspäätöksen antamisen ja kuntoutuksen alkamisen

sekä kuntoutusjaksojen väliseltä ajalta.

Kuntoutusrahalain mukaisia etuuksia ovat kuntoutusraha, ylläpito-korvaus ja harkinnanvarainen kuntoutusavustus.

Ylläpito-korvausta voidaan maksaa kuntoutujalle kuntoutuksesta aiheutuneiden ylimääräisten kustannusten korvaamiseksi. Harkin-nanvaraisella kuntoutusavustuksella voidaan tukea kuntoutujan työllistymistä kuntoutuksen jälkeen. Kuntoutusraha ja harkinnanva-rainen kuntoutusavustus ovat verollista tuloa. Ylläpito-korvaus on verotonta.

Kuntoutusrahaan on oikeus Suomessa asuvalla 16–67-vuotiaalla henkilöllä, joka on kuntoutuksen vuoksi estynyt tekemästä omaa tai toisen työtä. Kuntoutusrahan myöntäminen edellyttää lisäksi, että kuntoutujalla on Kelan tai muun kuntoutuksen järjestäjän tekemä kuntoutuspäätös kuntoutuksen kustantamisesta.

Kuntoutusrahaa maksetaan omavastuuajan jälkeen kuntoutukseen osallistumisen ajalta jokaiselta arkipäivältä eli enintään kuudelta päivältä viikossa. Omavastuu-aika on kuntoutuksen alkamispäivä ja yhdeksän seuraavaa arkipäivää. Kuntoutusrahaa maksetaan vain niiltä päiviltä, joina kuntoutus siihen liittyvine matkoineen edellyttää koko päivän poissaoloa työpaikalta.

Jos henkilöllä ei ole muita tuloja, kuntoutusrahaa voidaan maksaa myös kuntoutuspäätöksen antamisen ja kuntoutuksen alkamisen väliseltä ajalta sekä kuntoutusjaksojen väliseltä ajalta kuntoutuk-sen onnistumisen varmistamiseksi. Kuntoutusrahaa voi tällöin saada enintään kolmelta kuukaudelta kalenterivuotta kohden.

## Vammaistukea työiässä olevalle

Vammaistukea maksetaan 16–64-vuotiaille vammaisille, jotta heidän olisi helpompi selviytyä jokapäiväisessä elämässä, työssä ja opiskelussa. Se on tarkoitettu taloudelliseksi korvaukseksi, kun sairaus tai vamma aiheuttaa hakijalle haittaa, avuntarvetta, palvelusten tarvetta ja erityiskustannuksia.

Vammaistuen myöntämisen edellytyksenä on, että hakijan toimintakyky on heikentynyt vähintään vuoden ajan ja ettei hakija saa muuta vastaavaa etuutta. Tukea voidaan maksaa takautuvasti enintään vuoden ajalta.

## Harkinnanvarainen kuntoutusavustus

Kuntoutusavustus on yksilöllisesti harkittava korvaus, jota voidaan maksaa kuntoutusrahaa saaneelle kuntoutujalle kuntoutusrahan päättymisen jälkeen. Sen tavoitteena on tukea kuntoutujan työllistymistä kuntoutuksen jälkeen. Kuntoutusavustuksen tarve harkitaan aina yksilöllisesti.

Harkinnanvaraista kuntoutusavustusta ei voida myöntää hakijalle, jolla on oikeus työttömyyspäivärahaan tai työmarkkinatukeen. Harkinnanvaraisen kuntoutusavustuksen määrä arvioidaan yksilöllisesti kuntoutujan tilanteen perusteella. Sen enimmäismäärä on hakijalle lasketun kuuden kuukauden kuntoutusrahan määrä.

## Työkyvyttömyyseläke



*"Työskentelin kunnallisena perhepäivähoitaja ja sairastuin 52-vuotiaana akuuttiin leukemiaan. Sairaus oli raju ja johti nopeaan yleiskunnon huononemiseen. Toisen sytostaattihoidon aikana sain vielä verenmyrkytyksen ja olin aika ajoitin tajuttomana.*

*Puolen vuoden kuluttua sairastumisestaan pääsin sairaalasta kotiin. Tunsin oloni pitkien ja rankkojen hoitajaksojen jälkeen hyvin väsy-*

*neeksi ja heikoksi. Vaikka lääkärit pitivät sairauden uusiutumista todennäköisenä, se ei kuitenkaan iskenyt uudestaan.*

*Olin ollut muutamia kuukausia määräaikaisella eläkkeellä, kun lääkäri katsoi sairauden vaatiman työkyvyttömyyden päättyneen, ja minut sijoitettiin työhön päiväkotiin kunnan säästötoimien vuoksi.*

*Solunsalpaajahoitojen aikana sairastuin verenpainetautiin, mikä oli haitaksi vaativassa päiväkotityössä. Jaksoin olla työssä vain vajaat kolme päivää. Terveyskeskuslääkäri määräsi kahden viikon sairausloman. Sairausloman päätyttyä en vieläkään jaksanut olla töissä. Kansaneläkelaitos ilmoitti, että minulla ei ollut enää oikeutta sairauspäivärahaan, koska olin ollut määräaikaisella eläkkeellä. Välillä olisi vaadittu vuoden töissä oloa, jotta oikeus sairauspäivärahaan olisi palautunut.*

*Kun en jaksanut työskennellä perhepäivähoitajanakaan, haettiin ratkaisua neuvotteluilla kuntatyönantajan kanssa. Lopputuloksena oli lomautus, minkä ansiosta aloin saada päiväraha korvausta.*

*Hoitaneet lääkärit antoivat tapauksesta lausuntonsa ja puolisivat työkyvyttömyyseläkkeelle pääsemistä. Pitkällisen päätösprosessin jälkeen tuli päätökseksi, että pääsin osatyökyvyttömyyseläkkeelle. Koska eläke oli pienempi kuin maksettu sairauspäiväraha, ja koska eläkepäättös oli takautuva, minun oli maksettava takaisin saamani korkeamman päivärahan osuus.*

*Oli kova paikka hyväksyä se, että ei jaksanut tehdä työtä niin kuin ennen sairastumista. Näinkin vakavan sairauden läpi käymisestä ei sivullinen voi tietää, miten se vaikuttaa ihmiseen ruumiillisesti ja ennen kaikkea henkisesti".*

Jos sairaus estää työnteon kokonaan, voi kysymykseen tulla työkyvyttömyyseläke. Eri elämäntilanteissa voidaan maksaa seuraavia eläkkeitä sekä työeläkkeenä että kansaneläkkeenä:

- työkyvyttömyyseläkettä
- yksilöllistä varhaiseläkettä ennen vuotta 1944 syntyneille
- työttömyyseläkettä ennen vuotta 1950 syntyneille
- vanhuuseläkettä.

Työeläkkeisiin kuuluu myös osatyökyvyttömyyseläke ja osa-aikaeläke, joita ei makseta kansaneläkkeenä. Työeläkkeisiin rinnastetaan myös jatkuvat korvaukset, joita maksetaan esimerkiksi lakisääteisen tapaturmavakuutuksen mukaan.

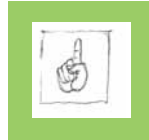
Täyttä työkyvyttömyyseläkettä voidaan yleensä maksaa vasta, kun päivärahaa on maksettu enimmäisajalta eli 300 päivältä.

Eläkeratkaisuissa on aina varauduttava odottamaan, siksi asia on myös pantava ajoissa vireille. Itse eläkepäätös on usein helpotus rankan elämänmuutoksen jälkeen, jos kivuliaisuus ja voimattomuus on tehnyt työssä olemisesta tuskallista. Toisaalta hylkäävät päätökset ovat raskaita, kun ihminen on jo kenties henkisesti varautunut jäämään pois työstä. Eläkelaitoksen mielestä työkyky on saattanut olla rajoittunut, mutta ei niin paljoa, että eläkeoikeus syntyisi.



### TYÖNTEKIJÄ

- Eläkehakemusta tehdessäsi muista ottaa itsellesi kopiot kaikista asiakirjoista.
- Eläkehakemuksen käsittely on pitkä prosessi, varaudu kuukausien käsittelyaikaan.
- Tee hakemus ajoissa, jotta ei syntyisi pitkää aikaa, jolloin toimeentulosta vallitsee epätietoisuus.
- Jos eläkepäätös on kielteinen, keskustele uudelleen hoitavan lääkärin kanssa siitä, onko lääkärinlausunto ollut työkyvyn arvioinnin osalta varmasti tyhjentävä.



### TYÖNANTAJA

- Auta työntekijää eläkehakemuksen tekemisessä antamalla kaikki tarpeelliset asiakirjat kuten palkkatodistukset nopeasti.
- Vastaa kaikkiin eläkehakemukseen liittyviin kysymyksiin nopeasti.

Eläkeasioissa valitusten tekeminen ja päätösten odottelu ei edistä tervehtymistä. Hoitavien lääkärin olisi aina selvitettävä eläkehakemuksia tehtäessä, että mikään tapaus ei ole ennalta selvä, vaikka lääkäri pitäisikin eläkehakemuksen jättämistä perusteltuna.

Lisätietoja työeläkkeistä saa Eläketurvakeskuksen (ETK), työeläkelaitosten, Valtiokonttorin, Kuntien eläkevakuutuksen ja vakuutusyhtiöiden esitteistä, Internet-sivuilta ja palvelupisteistä sekä Kelan toimistoista. Työeläkepalvelun Internet-osoite on [www.tyoelake.fi](http://www.tyoelake.fi). Maatalousyrittäjien eläkkeistä voi hankkia lisätietoja Maatalousyrittäjien eläkelaitoksesta Melasta, sen paikallisilta asiamiehiltä, Melan esitteistä ja Internet-sivuilta [www.mela.fi](http://www.mela.fi).

## TIETO AUTTAA

Sairastuminen merkitsee usein elämänmuutosta. Kaikki muutokset elämässä eivät kuitenkaan ole kielteisiä. Vakaviltakin näyttävät muutokset voivat olla ovia uusiin mahdollisuuksiin.

Työelämässä on mukana kymmeniätuhansia ihmisiä, jotka ovat kokeneet syövän ja selviytyneet siitä jatkamaan työssä ja yksityiselämässä. Jokaisen kokemukset ovat yksilöllisiä ja ainutkertaisia. Samalla on kuitenkin rohkaisevaa tietää, että samankaltaisissa elämäntilanteissa ovat monet muutkin olleet ja ponnistelleet eteenpäin.

Mitä enemmän me kaikki tiedämme syövästä ja sen vaikutuksista ihmisen työkykyyn, sitä realistisemmin osaamme suhtautua syöpään ja sen kohdanneisiin ihmisiin työelämässä. Syöpä ei ole työelämästä ulos sulkeva tekijä. Se on vakava sairaus, mutta siitä voi parantua ja palata takaisin entisenlaiseen elämään.

Syöpään sairastunut tarvitsee tietoa ja tukea. Tämän opaskirjan lisäksi tietoa on saatavissa monista eri lähteistä. Seuraaville sivuille on koottu tietoa hyödyllisistä tiedon lähteistä. Mukana ovat myös syöpäjärjestöjen ja alueellisten syöpäyhdistysten yhteystiedot.

SUOMEN SYÖPÄPOTILAAT RY:N  
JULKAISEMAT OPASKIRJASET

Ensitiedon opas syöpään sairastuneelle \*  
Selviytyjän matkaopas \*  
Nuoren perheen selviytymisopas \*  
Opas syöpäpotilaan läheiselle \*  
Ohjeita sinulle, joka saat sädehoitoa \*  
Ohjeita sinulle, joka saat solunsalpaajahoidon \*  
Syöpäpotilaan ravitsemusopas \*  
Kun mitään en jaksa \*  
Syöpäpotilaan sosiaalietuudet pähkinänkuoressa  
Pieni vihkonen surusta  
Syöpä ja seksuaalisuus \*  
Syöpäpotilaan kivun hoito  
Rintasyöpäpotilaan opas  
Munasarjasyöpäpotilaan opas  
Eturauhassyöpäpotilaan opas \*  
Lymfoomapotilaan opas  
Keuhkosityöpäpotilaan opas \*  
Tietoa aikuisten aivokasvaimista \*  
Santeri ja Syöpäri  
Leviääkö syöpä työpaikalla?  
Takaisin töihin syövästä huolimatta \*

Tähdellä merkityt oppaat saatavana myös ruotsinkielisenä.  
Oppaat ovat potilaalle ja läheiselle maksuttomia.

**Tilaaminen**

Puhelimitse (09) 1353 3211  
faksilla (09) 260 0431 tai  
sähköpostitse [eija.harkonen@cancer.fi](mailto:eija.harkonen@cancer.fi) tai  
postitse Suomen Syöpäpotilaat ry,  
Liisankatu 21 B, 00170 Helsinki

## YHTEYSTIETOJA

### **Suomen Syöpäpotilaat ry**

Liisankatu 21 B, 00170 Helsinki  
puh. (09) 135 331  
www.suomensyopapotilaat.fi  
potilaat@cancer.fi

### **Suomen Syöpäyhdistys**

Liisankatu 21 B, 00170 Helsinki  
puh. (09) 135 331  
www.cancer.fi

Syöpäyhteys – Cancerkontakt  
–palveleva puhelin 0800 19414  
ma klo 10–14 ja 16–18  
ti – pe klo 10–14  
neuvonta@cancer.fi

## MAAKUNNALLISET SYÖPÄYHDISTYKSET

### **Etelä-Suomen Syöpäyhdistys ry**

Liisankatu 21 B 15, 00170 Helsinki  
puh. (09) 696 2110  
etela-suomi@cancer.fi

Syöpäpotilaiden neuvontapalvelu  
HUS, Syöpätautien klinikka  
Haartmaninkatu 4, 00290 Helsinki  
puh. (09) 4717 5370

Lahden neuvonta-asema  
Hämeenkatu 7 A 6, 15110 Lahti  
puh. (03) 751 0569

Hämeenlinnan neuvonta-asema  
Palokunnankatu 10 D 26  
13100 Hämeenlinna  
puh. (03) 616 5015

Riihimäen neuvonta-asema  
Temppeilikatu 7 A 1, 11100 Riihimäki  
puh. (019) 736 545

### **Keski-Suomen Syöpäyhdistys ry**

Väinökatu 6, 40100 Jyväskylä  
puh. (014) 333 0220  
www.kessy.fi  
syopayhdistys@kessy.fi

### **Kymenlaakson Syöpäyhdistys ry**

Kotkankatu 16 B, 48100 Kotka  
puh. (05) 229 6240  
kymenlaakso@cancer.fi

Kouvolan neuvonta-asema  
Kauppalankatu 17, 45100 Kouvola  
puh. (05) 535 4110

### **Lounais-Suomen Syöpäyhdistys ry**

Seiskarinkatu 35, 20900 Turku  
puh. (02) 265 7666  
www.lssy.fi  
kurssi@lssy.fi

Loimaan neuvonta-asema  
Vapaudenkatu 12 B, 32200 Loimaa  
puh. (02) 761 3297

### **Pirkanmaan Syöpäyhdistys ry**

Hämeenkatu 5 A, 33101 Tampere  
puh. (03) 249 9111  
www.pirkanmaansyopayhdistys.fi  
toimisto@pirkanmaansyopayhdistys.fi

### **Pohjanmaan Syöpäyhdistys ry**

Raastuvankatu 13, 65100 Vaasa  
puh. (06) 320 9800  
www.pohjanmaansyopayhdistys.fi  
kanslia@pohjanmaansyopayhdistys.fi

Kokkolan neuvonta-asema  
Mannerheiminaukio 1, 67100 Kokkola  
puh. (06) 831 4320

Seinäjoen neuvonta-asema  
Kauppakatu 1, 60100 Seinäjoki  
puh. (06) 414 8660

Pietarsaaren palvelutoimisto  
Raatihuoneenkatu 12  
68600 Pietarsaari  
puh. (06) 723 2991

### **Pohjois-Karjalan Syöpäyhdistys ry**

Karjalankatu 4 A 1, 80200 Joensuu  
puh. (013) 227 600  
www.pohjois-karjalansyopayhdistys.fi  
toimisto@pohjois-karjalansyopayhdistys.fi

### **Pohjois-Savon Syöpäyhdistys ry**

Kuninkaankatu 23 B, 70100 Kuopio  
puh. (017) 580 1801  
toimisto@pohjois-savonsyopayhdistys.fi

### **Pohjois-Suomen Syöpäyhdistys ry**

www.pssy.org  
syopayhdistys@pssy.org

Oulun toimisto  
Rautatienkatu 22 B, 90100 Oulu  
puh. (08) 815 1100

Rovaniemen toimisto  
Korkalonkatu 18, 96200 Rovaniemi  
puh. (016) 319 456

Kajaanin toimisto  
Lönnotinkatu 6 A 1, 87100 Kajaani  
puh. (08) 879 8000

Kemin toimisto  
Valtakatu 38 D 19, 94100 Kemi  
puh. (016) 257 800

### **Saimaan Syöpäyhdistys ry**

Raatimiehenkatu 20 D  
53100 Lappeenranta  
puh. (05) 451 3770  
www.saimaansyopayhdistys.fi  
saimaa@cancer.fi

Mikkelin neuvonta-asema  
Porrassalmenkatu 13 B 21  
50100 Mikkeli  
puh. (015) 151 744  
saimaa.mikkeli@cancer.inet.fi

Pieksämäen neuvonta-asema  
Lampolahdenkatu 6  
76100 Pieksämäki  
puh. (015) 348 535  
saimaa.pieksamaki@cancer.inet.fi

Savonlinnan neuvonta-asema  
Tulliportinkatu 1-5 B  
57100 Savonlinna  
puh. (015) 273 182  
saimaa.savonlinna@cancer.inet.fi

### **Satakunnan Syöpäyhdistys ry**

Yrjönkatu 2, 28100 Pori  
puh. (02) 630 5750  
www.satakunnansyopayhdistys.fi  
toimisto@satakunnansyopayhdistys.fi

### **Ålands Cancerförening rf**

Nyfahlers  
Skarpansvägen 30  
22100 Mariehamn  
puh. (018) 22 419  
www.cancer.aland.fi  
helka@cancer.aland.fi

Suomen Syöpäpotilaat ry on valtakunnallinen syöpäpotilaiden edunvalvoja ja psykososiaalisen selviytymisen asiantuntijajärjestö sekä yksi Suomen Syöpäyhdistyksen jäsenjärjestöistä. Toiminnan mottona on "Hyvä elämä syövästä huolimatta".

Järjestö tuottaa potilasoppaita ja ylläpitää toimivaa opasvalikoimaa, toimii syöpäpotilaiden edunvalvojana valtakunnallisella tasolla, toteuttaa valtakunnallisia asennekampanjoita, järjestää valtakunnallisia potilastapahtumia sekä toteuttaa monimuotoista koulutusta terveydenhuoltoalan eri ammattiryhmille ja yksiköille. Järjestö julkaisee Yksin.Yhdessä.-lehteä.



SUOMEN SYÖPÄPOTILAAT - CANCERPATIENTERNA I FINLAND ry

Liisankatu 21 B, 00170 Helsinki (09) 135 331

[www.suomensyopapotilaat.fi](http://www.suomensyopapotilaat.fi)