

IN BEDRIJF

Als je werkt terwijl je ziek bent, krijg je met allerlei uitdagingen te maken. Praktisch en emotioneel. In deze rubriek beantwoorden de gecertificeerde ervaringsdeskundige coaches van FES lezersvragen over arbeid en chronische ziekte.

Mag ik mij ziek melden om een revalidatietraject te volgen?



Ik weet sinds kort dat ik fibromyalgie heb en ga een revalidatieprogramma volgen. Ik zou graag gedurende dit programma ziek gemeld willen worden en zelf bepalen of ik wel of niet in staat ben om te werken. Maar ik weet niet precies wat ik hierover mag vragen aan de bedrijfsarts. In een eerdere reactie over mijn fibromyalgie gaf deze bedrijfsarts aan dat hij niet gelooft in fibromyalgie en dat ik rustig kan blijven werken met mijn klachten. Hij gaf verder aan dat hij me voor therapieën niet gaat ziek melden. Kunnen jullie mij adviseren?



Je bent ziek als je fysiek en/of mentaal niet meer in staat bent te werken. Of je dat tijdens het revalidatietraject ook bent, is formeel een inschatting. Onze ervaring als coaches leert dat een multidisciplinair revalidatieprogramma zoals jij dat gaat volgen, met een duur van tien weken en drie dagdelen per week, naar alle waarschijnlijkheid te zwaar is om ook nog fit en uitgerust op je werk te verschijnen. Zowel lichamelijk als psychisch wordt er behoorlijk wat van je gevergd, en het is goed om je hier volledig op te richten. Het verdient wat ons betreft geen aanbeveling dit te willen combineren met je 24-urige werkweek van drie dagen. Een goede focus op en verankering van alles wat je in het programma tegenkomt, kan je helpen bij de gedragsverandering. En dat draagt er weer aan bij om toekomstig verzuim te voorkomen. Daar zal je werkgever ook baat bij hebben.

Je kunt je bedrijfsarts vragen contact op te nemen met de revalidatiearts. Jij moet daar wel zelf formeel toestemming voor geven. En dan nog mag de bedrijfsarts alleen

met gerichte vragen komen. Goed om te weten: volgens de nieuwe Arboret kan je een second opinion van een andere bedrijfsarts aanvragen. Elke bedrijfsarts moet hieraan meewerken. Hoe de second opinion is geregeld bij jouw werkgever staat in het contract met de arbodienst of zelfstandige arboarts.

Een andere mogelijkheid is dat je probeert via je direct leidinggevende steun te krijgen om dit revalidatietraject te volgen en je daarvoor ziek te melden, of tenminste vrijstelling van werk te krijgen. Je leidinggevende kan dit vervolgens communiceren met personeelszaken en het zo ook aan de bedrijfsarts doorgeven.

Je leidinggevende mag hierover ook met mij/ons bellen. Ik merk vaker dat werkgevers het makkelijker vinden om van een re-integratiecoach en voormalig personeelsfunctionaris iets aan te nemen dan van een werknemer.