

Werken met een nierziekte

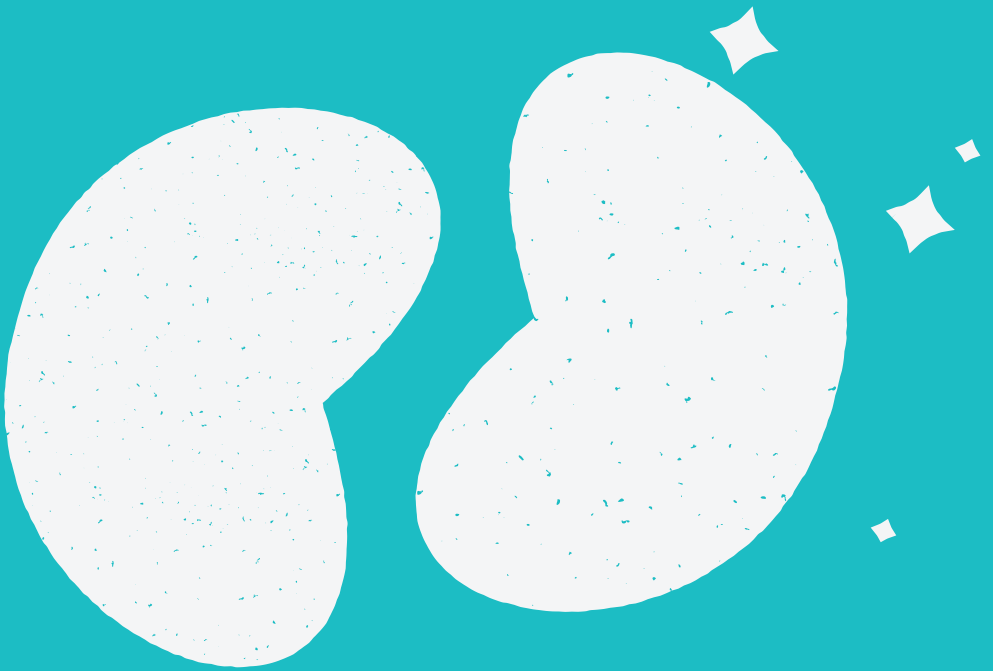
Wat kun je doen?



NIER
STICHTING



NIER
VERENIGING

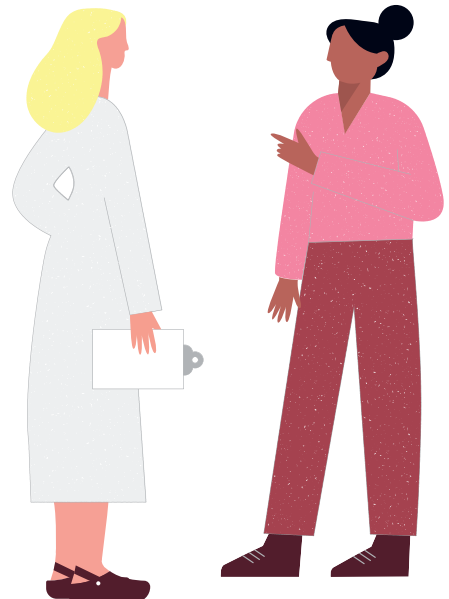


Werken met een nierziekte

Wat kun je doen?

Wanneer je te maken krijgt met chronische nierschade, heeft dat invloed op vele aspecten van je leven. Zo kan het gevolgen hebben voor je werk en inkomen. Het kan zijn dat je je werk minder goed kan doen, of (tijdelijk) niet meer kan uitvoeren. Het is dan belangrijk om daarover in gesprek te gaan en goede afspraken te maken met je werkgever. Zodat je niet in een ongunstige situatie terechtkomt die wellicht voorkomen had kunnen worden. In deze folder lees je beknopte algemene informatie en tips over werken met een nierziekte. Wil je persoonlijk advies, neem dan contact op met het Steun- en adviespunt (STAP) van de Niervereniging Nederland en de Nierstichting.

Veel mensen met een nierziekte hebben last van (ernstige) vermoeidheid, verminderde concentratie en fysieke beperkingen. In hoeverre een nierziekte het werken beperkt, verschilt van persoon tot persoon. En soms zelfs van dag tot dag. Of je hinder ondervindt in je werk, hangt af van persoonlijke en medische situatie, het verloop van je ziekte en de aard van je werk. Het is voor je werkgever vaak lastig in te schatten wat de impact van de nierziekte is op je leven en werk. En om te weten hoe en welke regels daarbij het beste toepasbaar zijn. Werkgevers kunnen hiervoor de folder 'Een medewerker met een nierziekte' aanvragen.



Als werken moeilijk wordt

Lukt het jou door je nierziekte minder goed om je werk te doen? Geef dit aan bij je werkgever en vraag een gesprek aan met de bedrijfsarts. Probeer in overleg met je werkgever en/of bedrijfsarts het werk (tijdelijk) aan te passen. Dat kan ervoor zorgen dat je je werk beter volhoudt.

Wat kun je doen:

- Kijk of er mogelijke regelingen zijn binnen de organisatie waarmee je je werk beter kunt afstemmen op privé. Zoals: flexibele werktijden of (tijdelijke) aanpassingen van de werktijden (korter werken, later beginnen of meer pauzes).
- Bespreek een aangepast takenpakket dat minder belastend is, bijvoorbeeld bij werkzaamheden met deadlines of piekbelasting.
- Misschien zijn er mogelijkheden om (meer) thuis te werken, in het bijzonder bij lange reistijd.

Het kan goed zijn dat je de aanpassing van je werk ervaart als verlies, of falen. Dat is niet iets om aan voorbij te gaan. Voorkom dat je vanuit die emotie (impulsieve) beslissingen neemt die niet per se de beste voor jou zijn. Praat erover en zoek steun bij vertrouwde mensen die jou goed kennen of bij deskundigen. STAP van de NVN kan je hierbij helpen.



Als werken niet meer lukt

Kun je als gevolg van je nierziekte je werk (deels) niet meer uitvoeren, dan kun je je gedeeltelijk (voor een dagdeel of enkele dagen per week) of volledig ziek melden. Je werkgever heeft bij ziekte een loon- doorbetalingsverplichting van twee jaar. Realiseer je wel dat vanaf het moment van ziekmelding, de termijn van twee jaar gaat lopen. Ook bij gedeeltelijke ziekmelding.

Dit is geregeld in de **Wet verbetering poortwachter**. In deze wet zijn alle regels en procedures gedurende de eerste twee jaar van de ziekte geregeld. Bijvoorbeeld de verplichting van de werkgever tot re-integratie in het eigen bedrijf, of het zoeken van re-integratiemogelijkheden buiten het bedrijf. Van jou als werknemer wordt verwacht dat je daaraan meewerkt.

Ook is in deze wet bepaald dat de werkgever een loondoorbetalingsverplichting heeft gedurende twee jaar ziekte van minimaal 70% van het laatstverdiende loon. Raadpleeg je CAO, of als er geen CAO is het arbeidsvoorwaardenreglement van je werkgever, om na te gaan of je gedurende deze periode recht hebt op een aanvulling en tot welke hoogte.

TIP

Probeer je baan te behouden, mits je gezondheid dit toelaat! Verlies van werk zorgt voor minder inkomen. En uit onderzoek blijkt dat het voor nierpatiënten helaas lastig is om opnieuw aan het werk te komen.

Wat kun je doen

Bespreek met je nefroloog de mogelijkheden om weer aan het werk te gaan of te blijven. Informeer je werkgever over je nierziekte en behandeltraject. Probeer zo concreet mogelijk aan te geven welke invloed dat heeft op het uitvoeren van je werk. Openheid naar je leidinggevende zorgt ervoor dat de mogelijkheden om te kunnen blijven werken bespreekbaar worden. De rol van je werkgever is om met jou mee te denken over mogelijke aanpassingen in het werk. De regie ligt bij jou!

- **Openheid naar directe collega's** kan zorgen voor meer begrip en sociale steun op de werkvloer. Bijvoorbeeld dat je uitlegt dat de vermoeidheid die je als gevolg van je nierziekte ervaart, niet na een uurtje op de bank verdwenen is, terwijl aan de buitenkant niemand iets ziet of merkt. Het is uiteraard geheel aan jou om te bepalen of, en in welke mate je openheid geeft over je nierziekte.
- **Bespreek goed en duidelijk je nierziekte**, beperkingen, mogelijkheden en wensen met de bedrijfsarts. Neem iemand mee die goed luistert, zodat je na afloop het gesprek nog eens kunt doornemen met elkaar. Ga er niet vanuit dat de bedrijfsarts alles weet over nierziekte! Verzoek de bedrijfsarts om medische informatie op te vragen bij je behandelend nefroloog. Geef veranderingen in je medische situatie altijd door. De bedrijfsarts verwerkt je mogelijkheden en beperkingen in een zogenaamde Functionele Mogelijkheden Lijst (FML).



Op grond hiervan geeft de bedrijfsarts door middel van een probleemanalyse een advies aan werkgever en werknemer over de mogelijkheden om te werken.

- **Wijs de bedrijfsarts** op het Verzekeringsgeneeskundig Protocol Nierschade. Dit protocol is primair bedoeld voor bedrijfsartsen en verzekeringsartsen en biedt hen een handreiking om te beoordelen welke mogelijkheden patiënten met chronische nierschade hebben om te functioneren. Het protocol is te vinden op nierstichting.nl/alles-over-nieren/als-werken-niet-lukt

TIP

Ben je het niet eens met het oordeel van de bedrijfsarts, bespreek dat eerst met hem- of haarzelf. Kom je er in overleg niet uit, dan kun je een second opinion aanvragen bij een andere bedrijfsarts of een deskundigenoordeel bij het UWV.

- **Maak samen met je werkgever een stappenplan.** Kijk naar de probleem-analyse en maak samen afspraken hoe je stap voor stap het werk weer kunt hervatten. In eerste instantie wordt onderzocht of je eigen functie (nog) passend is of passend te maken is (spoor 1). Zo niet, dan moet er gekeken worden of er een andere passende functie bij je werkgever voor je is. Is deze er niet, dan dient naar een passende functie bij een andere werkgever gezocht te worden (spoor 2).

TIP

Bereid je goed voor op het gesprek met je werkgever over het stappenplan. Bedenk wat je zou willen en wat je zelf als mogelijkheden ziet. Denk hierbij aan aanpassingen binnen je eigen functie of andere passende functies binnen het bedrijf.

TIP

Wijs je werkgever op de folder 'Een medewerker met een nierziekte', of vraag deze zelf aan bij de NVN en geef hem aan je werkgever.



- **Vraag een WIA-uitkering aan** wanneer je na één jaar en negen maanden je werk niet (volledig) hebt hervat. De aanvraag voor een WIA-uitkering dien je in bij het UWV. Je krijgt dan een aanvraagformulier van het UWV thuisgestuurd. Een voorwaarde om voor een WIA-uitkering in aanmerking te komen, is dat er sprake dient te zijn van minimaal 35% inkomensverlies. De emotionele impact van (gedeeltelijk) verlies van je werk kan groot zijn. Het is vaak niet eenvoudig om een nieuwe zingeving en invulling te vinden, op mogelijk een heel ander terrein of in aangepaste vorm. Je kunt erover praten met naasten en/of deskundigen. Ook kun je hiervoor terecht bij STAP.

TIP

Neem nooit zelf ontslag vanwege je ziekte. Ga ook niet akkoord met een aanpassing van je arbeidsovereenkomst naar minder contracturen vanwege je nierziekte. Je verliest mogelijk (een deel van) je recht op sociale voorzieningen zoals Werkloosheidsuitkering, Ziektewet of WIA.

TIP

Mocht een hulpmiddel nodig zijn, wijs je werkgever dan op de mogelijkheid om via het UWV een vergoeding te krijgen.

Steun- en adviespunt: STAP

STAP is het Steun- en adviespunt van de Niervereniging Nederland (NVN). De sociaal raadsleden van STAP combineren een brede theoretische kennis van sociale wet- en regelgeving, keuringen, behoud van arbeid en het (her)vinden van werk, met kennis en inzicht in het leven met een nierziekte. Werknemers én werkgevers kunnen bij STAP terecht voor informatie, overleg en advies over werk in combinatie met nierproblemen.

Bereikbaarheid STAP

E-mail
stap@nvn.nl

Telefoon
035 - 693 77 99

Website
nierstichting.nl/vind-steun

Telefonische spreekuren

Maandag	10.00 - 13.00 uur
Dinsdag	15.00 - 17.00 uur
Woensdag	geen spreekuur
Donderdag	15.00 - 17.00 uur
Vrijdag	10.00 - 13.00 uur



Je staat er niet alleen voor.
Een telefoontje is de eerste
STAP om jou op weg te helpen.

De Niervereniging Nederland (NVN) is met 5.500 leden de vereniging van en voor mensen met chronische nier schade, hun naasten en nierdonoren. Samen zetten we ons in voor een zo hoog mogelijke kwaliteit van leven en zorg voor nierpatiënten. Door middel van voorlichting, ontmoetingsdagen, advies, ondersteuning en onderzoek. Steun- en adviespunt (STAP) biedt begeleiding en advies over werk, inkomen en scholing in combinatie met nierproblemen. Daarnaast strijdt de Nierstichting voor een betere behandeling voor alle nierpatiënten en voor genezing van nierziekten. Wil je meer informatie over de NVN of Nierstichting? Kijk dan op: nierstichting.nl.

Postadres

Postbus 2020
1400 DA Bussum

Bezoekadres

Groot Hertoginnelaan 34
1405 EE Bussum

Contactgegevens

Telefoon 035 691 21 28
info@nvn.nl
nierstichting.nl

