

Tukea ja vertaisuutta



ME/CFS – Vammais- ja sosiaalipalvelut sekä Kelan etuudet

Espoon tietopäivä 25.4.2026

Fysioterapeutti Hanna Markkula

©Hanna Markkula



Kuva. Freepik. Jannoon 028



Kuva. Hankilön kotialbumi

Kuka olen?

Hanna Markkula
Fysioterapeutti, kouluttaja,
fysioterapian opettaja,
hankepäällikkö, palveluneuvoja

Hanna on erikoistunut kivunhoitoon, neurologiseen ja geriatriseen fysioterapiaan sekä ME/CFS:ään, long covidiin ja harvinaisiin sairauksiin.

Hanna toimi Duodecimin ”Krooninen väsymysoireyhtymä (ME/CFS) -Hyvä käytäntö -konsensussuosituksen” paneelissa sekä STM:n ”Valtakunnalliset lääkinnälliseen kuntoutukseen ohjaamisen perusteet” -oppaan long covid -osion asiantuntijana.





Sisältö

- Tukea ja vertaisuutta MEille -hanke ja palveluneuvonta
- Mitä palveluja ja etuuksia voin saada?
- Mitä kuntoutusta tai apuvälineitä voin saada?
- Millainen on hyvä hakemus?
- Miten haen eri palveluja ja etuuksia?
- Mitä jos hakemukseni hylätään?
- Lisätietoa aiheesta

Tukea ja vertaisuutta MEille -hanke

- Tietoa ja tukea ME/CFS-sairastuneille ja vastaavista oireista kärsiville sekä heidän läheisilleen ja ammattilaisille.
- Kaikille avointa ja maksutonta.
- Emme kysy toiminnassamme diagnooseja.



Palveluneuvonta



Ammattilaisille
koulutusta



Vertaistukiryhmät



Vapaaehtoistoiminta



Tietopäivät

Tukea ja vertaisuutta MEille -hanke
Tutustu hankkeen toimintaan:
<https://www.smey.fi/apua-ja-tukea/>



Hankkeen työntekijät



Hanna Markkula

palveluneuvonnan suunnittelija
hankepäälikkö
palveluneuvonta@smey.fi



Tiina Herttuainen

vertaistoiminnan suunnittelija
hankevastaava
tiina.herttuainen@smey.fi

Sairastuneille!
Läheisille!
Ammattilaisille!

Tutustuthan palveluihimme
kotisivuillamme ennen
yhteydenottoasi:

<https://www.smey.fi/apua-ja-tukea/palveluneuvonta/>

Palveluneuvonta auttaa!

Palveluneuvonta auttaa, jos tarvitset tietoa:

- Millaisia palveluja voin hakea?
- Millaisiin etuuksiin voisin olla oikeutettu?
- Millaista kuntoutusta tai apuvälineitä voin hakea?
- Mitä teen, jos hakemukseni hylätään?

Palveluneuvonta ei tarjoa lääketieteellistä, terveys- tai oikeudellista neuvontaa eikä suosituksia lääkäreistä tai muista sote-ammattilaisista.

Voit ottaa yhteyttä:

1. sähköpostilla: palveluneuvonta@smey.fi
2. puhelimella: 045 787 44180

Palveluneuvonta ohjaa oikeiden palveluiden äärelle

Tämän luennon tieto ei korvaa sosiaali- tai terveydenhuollon ammattilaisen tai viranomaisen sinulle antamaa neuvontaa.

Varmista yksilölliset, juuri omaan elämäntilanteeseesi sopivat ohjeistukset asioitasi hoitavalta ammattilaiselta tai viranomaiselta.

Palveluneuvonta

- Ei ole viranomaispalvelua eikä viranomaisen antamaa neuvontaa.
- Pyrkii ohjaamaan oikeiden palveluiden äärelle.
- Arvioinnin ja päätöksen palvelun myöntämisestä tekee aina viranomainen.
- Suomen ME/CFS-yhdistys ry ei vastaa annettujen neuvojen mahdollisesti aiheuttamista vahingoista tai oikeudenmenetyksistä.

**Welcome to
the Jungle –
Tervetuloa
tukiviidaksoon!**



Mitä etuuksia ja palveluita voit hakea? Esimerkkejä:



| Kela | Hyvinvointialue |
|---|----------------------|
| Sairauspäiväraha | Henkilökohtainen apu |
| Ammatillinen kuntoutus | Omaishoidon tuki |
| Kuntoutusraha & nuoren kuntoutusraha | Apuvälineet |
| Kuntoutustuki | Asunnonmuutostyöt |
| Työkyvyttömyyseläke (Kela tai eläkeyhtiö) | Kotihoidon palvelut |
| Vammaistuki | Palveluasuminen |
| Eläkettä saavan hoitotuki | Kuntoutus |
| Kuntoutus | Liikkumisen tuki |
| Kela-taksi (toistaiseksi voimassa oleva) | |
| Yleistuki (1.5.26 alkaen) | |

Muita: esim. [sopeutumista tukevat kurssit](#) (Invalidiliitto)
[Liikkumisesteisen pysäköintitunnus](#) (Trafi)

Millainen on hyvä hakemus?



Kuva. Freepik. Jannoon 028

- Jotta etuus tai palvelu voidaan myöntää, hakemuksessasi sekä liitteenä olevissa lausunnoissa tulee kuvata selkeästi ja konkreettisin esimerkein, että täytät hakemasi etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.
- Sinun on hyvä tietää hakemiesi etuuksien myöntämisen perusteet
- Sote-ammattilaisen on tärkeä tietää, mitä etuuksia/ palveluita haet lausunnolla
- ***Minulla on diagnosoitu sairaus tai vamma x/ sairaudet tai vammat x, y, z. Sairaudestani tai vammastani x/ sairauksistani tai vammoistani x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...***
- ...ja sitten ko. etuuden tai palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät sekä konkreettisia esimerkkejä, miten ne täytät, miksi ko. etuus/ palvelu on sinulle sairautesi/ vammasi vuoksi välttämätön.

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...

Sairauspäiväraha 1/2

- Lääkärinlausunto A tai B tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Sinulla on diagnosoitu sairaus x/ sairaudet x, y, z.
- Sinulla diagnosoidusta sairaudesta/ sairauksista x, y, z aiheutuu niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että olet sairauden vuoksi täysin kykenemätön tekemään työtäsi tai sitä vastaava työtä tai siihen läheisesti verrattavaa työtä.
- Todistuksissa ja lausunnoissa toimintakykysi tulee olla kuvattuna riittävän tarkasti ja siinä tulee ilmetä sekä toimintakyvyn rajoitukset että jäljellä oleva toimintakyky.

Sairauspäiväraha 2/2

- Sairauspäiväraha-oikeutta koskevat ratkaisut eivät määräydy diagnoosin perusteella. Diagnoosi ei ole peruste saada sairauspäivärahaa, mutta ei myöskään este sen myöntämiselle.
- Oleellista on, aiheutuuko sairaudesta objektiivisesti arvioituna niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että siitä aiheutuu työkyvyttömyys
- Hakemuksen liitteeksi työnantajan lausunto työssä selviytymisestä ja muistiot työterveysneuvotteluista sekä kirjaukset niistä työssä selviytymistä tukevista toimenpiteistä, joita työpaikalla on tehty

[Sairauspäiväraha: lue lisää täältä!](#)

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...

Kuntoutustuki/ työkyvyttömyyseläke 1/4

- Lääkärintlausunto B tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen
- Työkyvyttömyyseläke voi olla määräaikainen (kuntoutustuki) tai toistaiseksi jatkuva. Maksaja: työeläkelaitos/ Kela/ molemmat.
- Lääkärintlausunnossa toimintakykysi tulee olla kuvattuna riittävän tarkasti ja siinä tulee ilmetä sekä toimintakyvyn rajoitukset että jäljellä oleva toimintakyky.

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Sinulla on diagnosoitu sairaudet/ vammat x, y, z.
- Työkykysi on heikentynyt sairauden/ vamman vuoksi väh. 1 v. ajan. Voidaan yleensä myöntää vasta kun olet saanut noin vuoden ajan sairauspäivärahaa.

Kuntoutustuki/ työkyvyttömyyseläke 2/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Olet sinulla diagnosoitujen sairauksien/ vammojen vuoksi kykenemätön tekemään työtäsi tai sitä vastaavaa muuta työtä tai mitään muutakaan työtä.
- Täyden työkyvyttömyyden aiheuttavat sinulla diagnosoituihin sairauksiin/ vammoihin liittyvät vaikeat liikunta- ja toimintakyvyn ongelmat.
- Työkykysi on heikentynyt työeläkkeen myöntämisen perusteet (Kelan/ eläkeyhtiö) täyttävästi pysyvästi siten, että sinulla ei ole jäljellä lainkaan työkykyä.



Kuntoutustuki/ työkyvyttömyyseläke 3/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Oleellista, aiheutuuko sairauksista/ vammoista objektiivisesti arvioituna niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että siitä aiheutuu työkyvyttömyys
- Huomioidaan mahdollisuutesi toipua työkykyiseksi hoidon ja kuntoutuksen avulla.
- Onko sinulla edellytyksiä ammatilliseen kuntoutukseen?
- Kohdallasi tulee olla tehty asianmukaiset kuntoutustoimenpiteet, mutta työkykysi ei ole ollut niiden avulla palautettavissa.



Kuntoutustuki/ työkyvyttömyyseläke 4/4

Kela: Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Sairaus/ vamma estää sellaisen työn, joka turvaisi sinulle kohtuullisen toimeentulon.
- Työkykyäsi arvioidaan suhteessa paitsi siihen työhön, jota olet tehnyt, myös sellaiseen muuhun työhön, joka turvaisi sinulle kohtuullisen toimeentulon. Huomioidaan myös ikäsi, ammattisi, koulutuksesi.

Työeläkeyhtiöt: Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Työkykysi on heikentynyt **3/5** sairauden/ vamman vuoksi väh. 1v. ajan.
- Huomioidaan työtehtävin vaatimukset, työssä suoriutuminen ja kyky hankkia ansiotuloja sellaisella saatavissa olevalla työllä, jota sinun voidaan kohtuudella edellyttää tekevän. Huomioidaan myös koulutus, aikaisempi toiminta, ikä, asuinpaikka ja vastaavia seikkoja.

[Kela kuntoutustuki ja työkyvyttömyyseläke:](#)
[lue lisää täältä!](#)

[Tai lue lisää](#)
[työeläkeyhtiösi sivuilta!](#)

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...

Vammaistuki 1/4

- Lääkärinlausunto C tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen
- Perus, korotettu, ylin vammaistuki

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Et ole kuntoutustuella etkä työkyvyttömyyseläkkeellä.
- Toimintakykysi on vamman tai sairauden vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti vähintään vuoden ajan. Sairauden/ vamman tulee aiheuttaa olennaista haittaa arkitoimissa.
- Toimintakyvyn heikentymisellä tarkoitetaan arkielämässä tarvitsemiesi toimintojen vaikeutumista sairauden/ vamman takia.
- Toimintakyvyn heikentyminen vuoden ajan ei riitä yksinään, vaan sinulla tulee olla sen lisäksi säännöllisesti vähintään viikoittaista avun, ohjauksen tai valvonnan tarvetta henkilökohtaisissa toimissa.
- Otetaan huomioon jo kulunut aika, jonka toimintakykysi on ollut heikentynyt, sekä tuleva aika, jonka toimintakykysi tulee todennäköisesti pysymään heikentyneenä.



Vammaistuki 2/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Jos hyvän hoitokäytännön mukaisella hoidolla voidaan saavuttaa normaali toimintakyky, ei toimintakykyä yleensä pidetä heikentyneenä eikä etuutta myönnetä
- Sairaudesta/ vammasta aiheutuvat kustannukset eivät ole peruste vammais- tai hoitotuen myöntämiselle, mutta ne voivat korottaa tuen tasoa
- Toimintakykyä voidaan pitää heikentyneenä, jos sinulla on sairauden/ vamman vuoksi vaikeuksia esimerkiksi huolehtia itsestäsi, pukeutua, peseytyä, suorittaa päivittäisiä kotitaloustöitä tai asioida kodin ulkopuolella
- Sairauden/ vamman vuoksi heikentyneen toimintakyvyn aiheuttamat haitat on hyvä tuoda esiin esimerkein.
- Mahdollisimman konkreettisesti ne toimet, joissa tarvitset apua ja lisäksi kuinka runsasta ja jatkuvaa avun tarve on.



Vammaistuki 3/4

Missä arjen toiminnoissa tarvitset apua?

- Esim. liikkuminen, peseytyminen, pukeutuminen, raskaammat kotityöt, ruuanvalmistus, asiointi, kommunikaatio, sosiaalinen kanssakäyminen, muistaminen ym.
- Kuinka usein, kuinka paljon, millaista apua tarvitset?
- Tarvitsetko valvontaa, opastusta tai muistuttelua?
- Kuluuko enemmän aikaa?
- Onko vaikeuksia jatkuvaa tarkkuutta vaativissa toiminnoissa?
- Mitä apuvälineitä mahdollisesti tarvitset suoriutuaksesi arkitoimista?



[Vammaistuki:](#)
[lue lisää täältä!](#)

Vammaistuki 4/4

Esimerkki: perusvammaistuki. Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Toimintakykysi on sairauden tai vamman vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti yli vuoden ajan ja sairaus/ vamma aiheuttaa olennaista ja merkittävää haittaa arjen toiminnoissa.
- Sairaudesta/ vammasta johtuvat toimintakyvyn vaikeudet näyttäytyvät selvästi rajoittuneina kaikilla suoritusten ja osallistumisen osa-alueilla, kuten ymmärtäminen ja yhteydenpito, liikkuminen, arkitoimet ja osallistuminen, paitsi itsestä huolehtiminen, joka on hieman vaikeutunut.
- Sinulla on sairauden/ vamman vuoksi vaikeuksia keskittyä jatkuvaa tarkkuutta vaativaan toimintaan, sinulta kuluu normaalia enemmän aikaa erilaisten arjen toimintojen suorittamiseen ja osasta niistä suoriutuminen edellyttää apuvälinettä tai henkilökohtaista apua.
- Sinulla on sairauden/ vamman vuoksi vaikeuksia monimutkaisten tehtävien suorittamisessa, vaikka selviydyt yksinkertaisemmista tehtävistä itsenäisesti.



Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...

Eläkettä saavan hoitotuki 1/4

- Lääkärinlausunto C tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen
- Perus, korotettu, ylin hoitotuki

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

Eläkettä saavan hoitotukea voit saada jos täytät kaikki seuraavat ehdot:

- Olet vähintään 16-vuotias.
- Sinulle on myönnetty työkyvyttömyyseläke tai kuntoutustuki
- Sinulla on lääkärin toteama vamma tai pitkäaikainen sairaus, joka heikentää toimintakykyäsi merkittävästi
- Vamman tai sairauden tulee olla heikentänyt toimintakykyäsi vähintään vuoden ajan tai että Kela arvioi sen heikentävän toimintakykyä yli vuoden ajan tulevaisuudessa.



Eläkettä saavan hoitotuki 2/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Toimintakyvyn heikentyminen tarkoittaa, että sinun on esim. vaikea huolehtia itsestä, hoitaa kotia, käydä kaupassa tai lääkärissä itsenäisesti. Tarvitset vamman/ sairauden takia apua, ohjausta tai valvontaa.
- Myönnetään ainoastaan, jos tarvitset säännöllistä vähintään viikoittaista apua, ohjausta tai valvontaa henkilökohtaisissa toimissa
- Toimintakyvyn heikentyminen, avuntarve pelkästään kodinhoidossa/ kotitaloustöissä eivät riitä myöntämiseen, vaan sinulla pitää olla avun, ohjauksen tai valvonnan tarvetta myös henkilökohtaisissa toimissa
- Hoitotukea ei saa pelkästään toimintakyvyn heikentymisen perusteella.
- Keskeistä: minkä verran tarvitset apua, ohjausta ja valvontaa.



Eläkettä saavan hoitotuki 3/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

Apu, ohjaus ja valvonta voivat olla esimerkiksi muistuttelua, kannustusta ja silmälläpitoa. Saatat myös tarvita apuvälinettä tai tulkkauspalvelua.

Pelkkä apuvälineiden käyttö ja tarve ei oikeuta hoitotukeen.

Edellytys: tarvitset toisen ihmisen apua tai ohjausta ja valvontaa esimerkiksi seuraavissa asioissa:

- liikkuminen, pukeutuminen tai peseytyminen
- ruokailu tai syömisen muistaminen
- näkeminen, kuuleminen, puhuminen tai asioiden muistaminen
- sairauden hoito tai lääkkeiden ottaminen
- ulkoilussa (esim. eksymisvaaran vuoksi).
- asioiden hoitamiseen



Eläkettä saavan hoitotuki 4/4

Esimerkki: Ylin hoitotuki. Myöntämisperusteita.
Voit olla oikeutettu, jos

- Toimintakykysi on sairauden tai vamman vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti yli vuoden ajan, sairaus/ vamma aiheuttaa olennaista ja merkittävää haittaa ja tarvitset toisen ihmisen apua tai ohjausta ja valvontaa arjen toiminnoissasi.
- Tarvitset pysyvästi toisen henkilön jatkuvaa apua, ohjausta, hoitoa ja valvontaa arkitoimissa
- Tarvitset ympärivuorokautista hoitoa ja valvontaa
- Tarvitset apua lähes kaikissa arkitoimissa
- Tarvitset toisen henkilön asumaan luonasi
- Pärjät yksin vain lyhyitä aikoja

[Hoitotuki:](#)
[lue lisää täältä!](#)



Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...



Kelan vaativa kuntoutus 1/4

- Kuntoutussuunnitelma KU207 laadittu julkisessa terveydenhuollossa

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Olet alle 65-v
- Sinulla on voimassa oleva yksilöllinen kuntoutussuunnitelma, jossa on todettu vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen tarve (väh. vuoden kestävä tarve)
- Suunnitelmassa suositellaan myönnettäväksi Kelan vaativaa lääkinnällistä kuntoutusta X x Y min./ vuosi liikunta/ toimintakyvyn parantumiseksi sekä arjen osallistumisen ja suoritusten edistämiseksi.
- Sinulla diagnosoidut sairaudet/ vammat (x, y, z) heikentävät huomattavasti ja pitkäaikaisesti liikunta-/ toimintakykyä ja arjen toiminnoista suoriutumista ja osallistumista.

Kelan vaativa kuntoutus 2/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Sairauksien/ vammojen aiheuttama suoritus- ja osallistumisrajoite on niin suuri, että sinulla on huomattavia vaikeuksia arjen toiminnoista suoriutumisessa ja osallistumisessa niin kotona kuin muissakin elämäntilanteissa.
- Sairauksien/ vammojen aiheuttama merkittävä toimintakyvyn rajoite kestää väh. vuoden.
- Tarvitset välttämättä säännöllistä yksilöllistä kuntoutusta toimintakyvyn sekä arjen toiminnoista suoriutumisen parantumiseksi ja mahdollistumiseksi



Kuva. Henkilön kotialbumi

Kelan vaativa kuntoutus 3/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Hyödyt merkittävästi yksilöllisestä Kelan vaativasta lääkinnällisestä kuntoutuksesta. Kuntoutuksen keinoin voidaan parantaa liikunta-/ toimintakykyä ja arjen suorituksia ja osallistumista. (esimerkkejä näistä)
- Kuntoutuksen tavoitteena on liikunta-/ toimintakyvyn tukeminen ja arjen osallistumisen ja suoriutumisen edistäminen siten, että pystyisit sairauksista/ vammoista huolimatta suoriutumaan ja osallistumaan oman arkielämän toimintoihin mahdollisimman hyvin

Erityisesti vaikeammin sairaat:

- Tavoitteet eivät ole hoidollisia.



Kuva. Henkilön kotialbumi

HUOM! Jos Kelan hakemuksesi hylätään, voit hakea kuntoutusta hyvinvointialueelta palvelusetelillä tai hakea esim. [Invalidiliiton sopeutumista tukeville kursseille!](#)

Kelan vaativa kuntoutus 4/4

Kannattaa kirjata hakemukseen/ lausuntoon!

- Olet motivoitunut kuntoutukseen ja koet kuntoutuksen itsellesi tarpeelliseksi ja välttämättömäksi.
- Omina tavoitteenasi on toimintakyvyn paraneminen siten, että pystyt... (mitä asioita pystyt tekemään arjessa paremmin?)
- Mikäli sinulle ei myönnetä tarvitsemaasi kuntoutusta, on hyvin todennäköistä, että liikunta-/ toimintakykysi tulee laskemaan nykyisestä. Tulee aiheuttamaan osallisuuden ja sosiaalisen elämän vähenemistä sekä elämänlaadun laskua.

**[Vaativa kuntoutus:
lue lisää täältä!](#)**



Kuva. Henkilön kotialbumi

Yleistuki 1/2



- Voimassa 1.5.2026 alkaen.
- Korvaa työmarkkinatuen ja peruspäivärahan.
- Maksetaan työttömille työnhakijoille, joilla ei ole oikeutta ansiopäivärahaan tai ansiopäivärahakausi on päättynyt.

1. Jos olet saanut peruspäivärahaa tai työmarkkinatukea

- Sinun ei tarvitse tehdä mitään – saat automaattisesti yleistukea 1.5. alkaen.
- Pidä työnhakusi voimassa työllisyyspalveluissa.
- Lähetä työttömyysajan ilmoitus OmaKelassa 4 viikon välein.
- Tuen määrä ei muutu: perusmäärä on 37,21 e/päivä (n. 800 e/kk).
- Utta: Yleistuessa on tarveharkinta. Pääoma- ja muut tulot voivat pienentää tuen määrää.

Yleistuki 2/2



2. Jos jäät työttömäksi 1.5. alkaen

- Ilmoittaudu heti työnhakijaksi kotikuntasi työllisyyspalveluihin Työmarkkinatorissa.
- Jos et kuulu työttömyyskassaan, voit hakea yleistukea Kelasta.
- Yleistuessa on 7 arkipäivän omavastuu-aika. Jos sinulla ei ole korkeakoulututkintoa/ ammatillista koulutusta, odotusaika n. 5 kk.

3. Jos ansiopäivärahasi päättyy

- Voit hakea yleistukea Kelaa 1.5. alkaen.
- Yleistukeen ei tule omavastuu-aikaa.
- Muista pitää työnhaku voimassa ja hakea tukea OmaKelassa.

[Yleistuki:
lue lisää täältä!](#)

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...



Elämäni helpottaa erittäin paljon liikkumisen apuvälineet, kuten pyörätuoli ja sähkömopo.

Apuvälineet 1/2

- Päävastuu apuvälinepalvelujen järjestämisessä on hyvinvointialueilla.
- Apuvälineitä saa sosiaali- ja terveyskeskuksesta tai lähetteellä apuvälineyksiköstä.
- Tavallisimpia apuvälineitä (esim. kyynärsauvat, rollaattori, peruspyörätuoli) saa lainata ilman lähetettä.
- Yksilöllisempää arviointia vaativat apuvälineet (kuten aktiivipyörätuoli) edellyttävät toimintakyvyn arvion ja lähetteen

Toimi näin:

1. Ota yhteyttä terveyskeskukseen/ terveydenhuollon yksikköösi
2. Hanki lääkärinlausunto toimintakyvyn arvioimiseksi apuvälinettä varten

Apuvälineet 2/2

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Tarvitset välttämättä tarpeisiisi, toimintakyvyn rajoitteisiin sekä toimintaympäristösi soveltuvan apuvälineen x liikunta-/toimintakyvyn tukemiseksi arjessa,
- jotta pystyt osallistumaan oman elämäsi kannalta keskeisiin asioihin ja suoriutumaan jokapäiväisistä toiminnoista omassa toimintaympäristössäsi kotona ja kodin ulkopuolella.
- Apuväline x edistäisi itsenäistä liikunta-/toimintakykyäsi omassa elinympäristössäsi ja on sinulle välttämätön arjen toimintojen/ liikkumisen mahdollistava apuväline.

[Apuvälineet:
lue lisää täältä](#)



Elämäni helpottaa
erittäin paljon liikkumisen
apuvälineet, kuten
pyörätuoli ja sähkömopo.

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...



Kuljetuspalvelut helpottavat myös elämäni monisairaana, koska muuten en pääsisi liikkumaan kovin pitkälle

Liikkumisen tuki, kuljetuspalvelu 1/2

Kuljetuspalvelu: muut matkat

- Lääkärinlausunto B tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Tarvitset sairautesi/ vamman aiheuttaman toimintakyvyn haitan vuoksi välttämättä kuljetuspalvelun
- Sinulla on merkittäviä vaikeuksia liikkumisessa ja et voi sairautesi vuoksi käyttää julkisia liikennevälineitä ilman kohtuuttomia vaikeuksia.
- Joukkoliikenteen käyttäminen ei onnistu sinulta edes henkilökohtaisen avun, saattajan tai opastuksen turvin.

Liikkumisen tuki, kuljetuspalvelu 2/2

Erityisesti vaikeammin sairaat: jos tarve alla mainittuihin, se pitää mainita ja perustella

- Terveystilan vuoksi tarvitsee esteettömän ajoneuvon (invataksi) ja saattaja välttämätön.
- Yhteiskuljetus ei sovellu terveystilan vuoksi, joten yksin matkustamisen myöntäminen on tarpeellinen.
- Toteuttamistavan tulee vastata yksilöllisiin tarpeisiin. Tiettyyn toteuttamistapaan, kuten oikeuteen käyttää vakiotaksia, ei ole subjektiivista oikeutta.
- Vanhaa vammaispalvelulakia (380/1987) koskevassa oikeuskäytännössä on katsottu, että järjestämistapa ei saa estää henkilöä käyttämästä hänelle myönnettyä palvelua.

[Liikkumisen tuki:](#)
[lue lisää täältä](#)



Kuljetuspalvelut helpottavat myös elämäni monisairaana, koska muuten en pääsisi liikkumaan kovin pitkälle



Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...



Kuljetuspalvelut helpottavat myös elämäni monisairaana, koska muuten en pääsisi liikkumaan kovin pitkälle

Liikkumisen tuki, Kela-taksi 1/2

Kela-taksi: terveydenhuoltoon liittyvät matkat.

- Toistaiseksi voimassa oleva erityiskulkuneuvon todistus (pitkäaikainen taksin käyttöön oikeuttava todistus SV 67 toistaiseksi voimassa olevana).

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Sairauksista/ vammasta johtuva heikko terveydentila edellyttää pitkäaikaisesti erityiskulkuneuvon käyttöä.

Erityisesti vaikeammin sairaat: jos tarve alla mainittuihin, se pitää mainita ja perustella

- Terveydentilan vuoksi tarvitset esteettömän ajoneuvon (invataksi) ja saattaja välttämätön.
- Yhteiskuljetus ei sovellu terveydentilan vuoksi, joten yksin matkustamisen myöntäminen on tarpeellinen.

Liikkumisen tuki, Kela-taksi 2/2



Kuljetuspalvelut helpottavat myös elämäni monisairaana, koska muuten en pääsisi liikkumaan kovin pitkälle



Sinulla voi olla oikeus vakiotaksin käyttöön Kelan harkinnan perusteella

Vakiotaksi: sinulla on aina sama kuljettaja ja matkat sovitaan kuljettajan kanssa.

- Jos matkustat ilman saattajaa etkä voi terveydentilasi vuoksi matkustaa muun kuin sellaisen kuljettajan kanssa, joka tietää, millaista erityistä terveydentilaan liittyvää apua tarvitset matkan aikana.
- Sinulla on liikuntarajoite, joka edellyttää oikeanlaista avustamista ja jossa väärin tehty avustaminen voi aiheuttaa vakavaa haittaa.

**[Kela-taksi:](#)
[lue lisää täältä](#)**

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...



Asunnonmuutostyöt

Erityisesti vaikeammin sairaat

- Palvelutarpeen arviointi.
- Jos asuntoosi/ kotiisi täytyy tehdä muutostöitä tai sinne täytyy asentaa kiinteitä apuvälineitä, voit saada esteettömän asumisen tukea hyvinvointialueeltasi.
- Vaikeavammaiselle henkilölle on korvattava vammaispalvelulain perusteella asunnon muutostöistä sekä asuntoon kuuluvien välineiden ja laitteiden hankkimisesta.
- Palvelutarpeen arviointikäynnillä usein paikalla moniammatillinen tiimi, johon voi kuulua sosiaalityöntekijän lisäksi esim. fysio- tai toimintaterapeutti.

Asunnonmuutostyöt:
lue lisää täältä!

Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...

...ja sitten ko. etuuden/ palvelun myöntämisperusteista ne, jotka täytät ja konkreettisia esimerkkejä, miten ne kohdallasi täyttyvät...

Henkilökohtainen apu 1/5

- Lääkärintlausunto C tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto, julkinen tai yksityinen
- Palvelutarpeen arviointi,
- Oma hakemus,
- Päiväkirja avun tarpeesta ja tuntimäärästä,
- Lääkärintlausunto C tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto ja esim. toimintaterapeutin arvio hyvä olla liitteenä.
- Kuvaa hakemuksessasi yksityiskohtaisesti niitä päivittäisiä toimia,
 - joista suoriutuaksesi tarvitset välttämättä toisen henkilön apua, ja
 - kuinka runsasta ja jatkuvaa tai kuinka usein toistuvaa apua tarvitset.



Henkilökohtainen apu 2/5

Sinulla on oikeus saada henkilökohtaista apua vamman/ sairauden aiheuttamasta pitkäaikaisesta toimintarajoitteesta johtuvan yksilöllisen tarpeesi mukaan.

Hyvinvointialueen on järjestettävä henkilökohtainen apu, jos **tarvitset sairautesi tai vammasi vuoksi toisen henkilön apua yhdessä tai useammassa alla mainitussa toimessa eikä avun tarpeisiisi voida vastata sopivin palveluin muun lain nojalla.**

- Päivittäisissä toimissa: esim. liikkuminen, asiointi, kotityöt, pukeutuminen, henkilökohtaisen hygienian hoito, wc-käynnit.
- Työssä tai opiskelussa tai
- Vuorovaikutuksessa, vapaa-ajan toiminnassa tai yhteiskunnallisessa osallistumisessa.



Kuva. Freepik

Henkilökohtainen apu 3/5

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Olet sairautesi/ vamman vuoksi vaikeavammainen ja täytät vammaispalvelulaissa määritellyt edellytykset henkilökohtaisen avun myöntämiseksi.
- Liikunta- ja toimintakykysi on sairauksien vuoksi pitkäaikaisesti ja merkittävästi heikentynyt siten, että sinulla on merkittäviä vaikeuksia huolehtia itsestäsi ja selviytyä arjen toiminnoista
- Et ole sinulla diagnosoitujen sairauksien/ vamman vuoksi kykenevä suoriutumaan omasta arjesta ilman henkilökohtaista apua, ja
- tarvitset sairautesi aiheuttaman vaikean toimintakyvyn haitan vuoksi välttämättä henkilökohtaisen avustajaa selviytyäksesi yhdenvertaisesti välttämättömistä arjen toiminnoista.



Kuva. Freepik

Henkilökohtainen apu 4/5

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Henkilökohtainen avustaja on sinulle välttämätön ja soveltuvin vaihtoehto liikunta- ja toimintakyvyn sekä elämänlaadun ja mahdollisimman itsenäisen elämän tukemiseksi sekä arjessa selviytymisen mahdollistumiseksi.
- Tarvitset henkilökohtaista apua kattamaan asiat ja tehtävät, jotka tekisit itse, mikäli sairauden/ vamman aiheuttama toimintarajoite ei tätä estäisi tai vaikeuttaisi.
- Tarvitset välttämättä apua saadaksesi perustarpeesi hoidetuiksi, ja lisäksi sinulla on tarve henkilökohtaiseen apuun tukemaan ja mahdollistamaan sellaista elämää, mitä haluaisit elää.
- Arjen suoritusten ja osallistumisen kannalta välttämättömät tehtävät tai toiminnot jäisivät ilman henkilökohtaista avustajaa kokonaan tekemättä tai päivittäisten henkilökohtaisten toimien suorittaminen olisi kohtuuttoman hankalaa.



Henkilökohtainen apu 5/5

Erityisesti vaikeammin sairaat, Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Kykenet määrittelemään avuntarpeesi, sen määrän, sisällön, antamisajankohdan jne. eli ohjaamaan avustajaa ja päättämään millaista apua ja milloinkin tarvitset.
- Avun tarve ei painotu hoivaan, huolenpitoon tai valvontaan, vaan arkitoimissa avustamiseen ja mahdollisimman itsenäisen selviytymisen edistämiseen avustajan avulla.
- Hakemukseen: miten osallistut, ohjeistat, pienikin oma aktiivisuus tärkeä kirjata!

**[Henkilökohtainen apu:
lue lisää täältä!](#)**



Omaishoitaja

Hän helpottaa elämäni
pitkäaikaissairaana kaikin
mahdollisin keinoin!



Omaishoidon tuki

- Hyvinvointialue järjestää. Palvelutarpeen arviointi. Kolme tasoa.
- Omaishoidettavan omainen tai läheinen haluaa ryhtyä omaishoitajaksi ja hoidettava hyväksyy hänet omaishoitajakseen.
- Tuen myöntämisen keskeisinä perusteina on hoivan sitovuus ja vaativuus.
- Omaishoitajan on oltava hoidettavan omainen tai muu läheinen henkilö.
- Omaishoidon tuki on kokonaisuus: hoitopalkkio, palvelut omaishoidettavalle, omaishoitajan työn tukeminen (esim. turvapalvelu, kotihoito, eläketurva, tapaturmavakuutus, muut tukipalvelut)
- Omaishoitosopimus hyvinvointialueen ja omaishoitajan välille sekä hoito- ja palvelusuunnitelma.
- Omaishoitaja voi olla työssä käyvä. Työnantajan huomioitava omaishoitajan vastuut (esim. enemmän etätöitä, vähemmän työmatkoja)

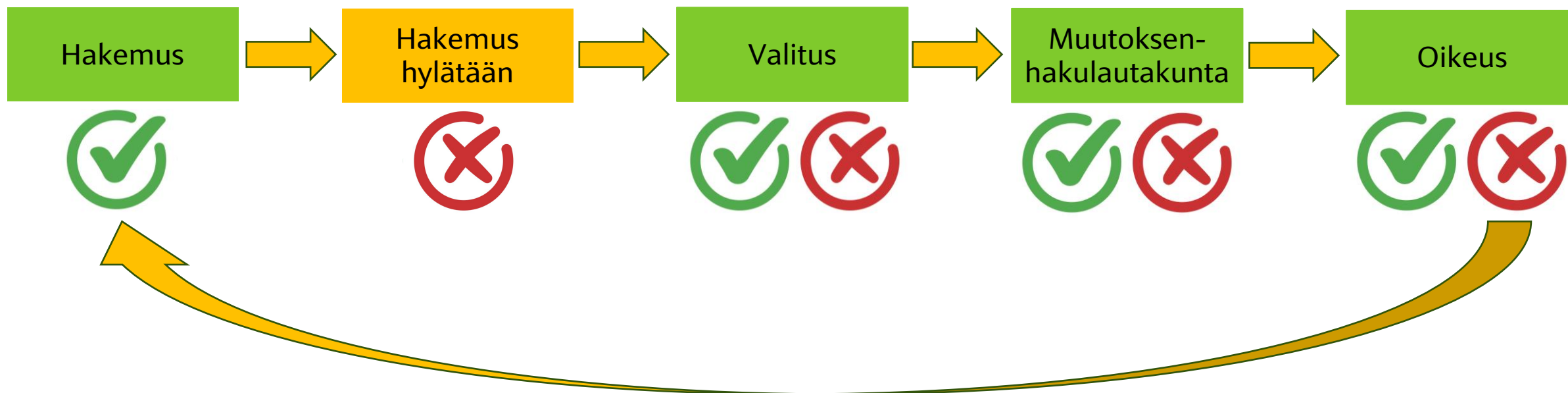
[Lue lisää
Omaishoitajaliiton sivuilta](#)

Mitä jos hakemukseni hylätään 1/3?



- Mikäli hakemasi etuus/ palvelu hylätään, kannattaa päätöksestä valittaa.
- Lue hylkäävän päätöksen yhteydessä saamasi ohjeet muutoksenhakuun ja hakemuksesi hylkäämisen perusteet tarkkaan. Hae muutosta valitusaikana.
- Pyri kumoamaan päätöksessä mainitut hylkäämisperusteet
- Valituksessa sekä kaikissa liitteenä olevissa lausunnoissa ja selvityksissä tulee olla kuvattuna selkeästi ja konkreettisin esimerkein, että täytät hakemasi etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.
- Valitusprosessin aikana liitä hakemukseen lisäselvityksiä (esim. kattavampi lääkärinlausunto, fysio- ja/ tai toimintaterapeutin lausunto, tutkimustuloksia, yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto)

Mitä jos hakemukseni hylätään 2/3?



Mitä jos hakemukseni hylätään 3/3?



Kysy neuvoja ja apua!

[PALVELUNEUVONTA](#)

[INVALIDILIITTO](#)

- Yksityishenkilön vireille panemat valitusasiat käsitellään oikeudessa maksutta, jos asia koskee oikeutta etuuteen, etuuden suuruutta tai etuuden takaisinperintää.
 - Apua palveluneuvonnasta.
 - Oikeudellista apua esim. Invalidiliiton neuvonnasta.
- Ilmoittaudu työnhakijaksi TE-palveluihin. Ilmoita, että haet työkykyäsi vastaavaa kokoaikatyötä. Myös silloin, kun sinulla on voimassa oleva työ- tai virkasuhde.
 - Toimita Kelaan tai työttömyyskassaan työnantajan todistus, että työnantajalla ei ole tarjota sinulle työkykyäsi vastaavaa työtä.
 - Lääkärinlausuntoon voi pyytää: *tällä hetkellä olisi hyvä keskittyä kuntoutumiseen.*

Lue lisää aiheesta!

Tietoa nuorten etuuksista

Mikä on palvelutarpeen arvio

Duodecimin ME/CFS –suositus (poimintoja)

Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto

Invalidiliiton neuvonta

Vammaispalvelujen käsikirja



Kuva. Freepik

Nuorten etuuksista 1/2

- Kuntoutustukea ja Kelan eläkkeitä voi hakea, jos muut eläkkeet ja korvaukset eivät ylitä kansaneläkkeen tai takuueläkkeen tulo rajaa tai henkilölle ei ole kertynyt työeläkettä ollenkaan.
- Kelan maksama kuntoutustuki tai työkyvyttömyyseläke voi yleensä alkaa noin vuoden kuluttua sairastumisesta.
- Työkyvyttömyyseläkettä voi saada **aikaisintaan 16-vuotiaana**. Yleensä työkyvyttömyyseläkettä ei kuitenkaan saa alle 20-vuotiaana.
- Nuoret voivat saada sen sijaan **ammattillista kuntoutusta ja kuntoutusrahaa**. Ammatillisen kuntoutuksen tavoitteena on auttaa henkilöä pääsemään töihin.
- Tehdään henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma. Eläkkeen sijasta saa tällöin nuoren kuntoutusrahaa. Lisäksi voi saada **vammaistukea**.



Kuva. Freepik

Nuorten etuuksista 2/2

Alle 20-vuotiaiden kohdalla Kela selvittää ensin, olisiko henkilöllä mahdollisuuksia kuntoutua ja saada joko

- [nuoren kuntoutusrahaa](#) tai
- [ammattillisen kuntoutuksen perusteella kuntoutusrahaa.](#)

Kuntoutustukea tai työkyvyttömyyseläkettä voit saada vain, jos

- ammatillinen kuntoutus ja nuoren kuntoutusraha ei Kelan selvitysten perusteella ole mahdollinen
- ammatillinen kuntoutus on keskeytynyt sairauden vuoksi tai päättynyt tuloksettomana.



Kuva. Freepik

Nuoren kuntoutusraha

- Lääkärinlausunto B tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto (julkinen tai yksityinen)
- Maksetaan opiskelun tai muun työelämään tähtäävän kuntoutuksen ajalta.

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Olet 18–19-vuotias
- Työ- tai opiskelukykysi tai mahdollisuutesi valita ammatti tai työ on heikentynyt sairauden tai vamman vuoksi
- Tarvitset erityisiä tukitoimia, jotta voit opiskella tai osallistua muuhun työllistymistä edistävään kuntoutukseen (esim. työkokeilu)
- Sinulle on laadittu hyvinvointialueella henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma opiskelun tai muun kuntoutuksen ajalle.
- Suunnitelmaan tiedot ammatillisen kuntoutumisen mahdollisuuksista ja tavoitteista, suunnitelma opiskelun järjestämisestä ja toteuttamisesta.

Palvelutarpeen arvio 1/4



- Pyydetään omalta hyvinvointialueelta. Maksutonta.
- Tarkoittaa avun ja tuen tarpeen arvioimista.
- Esim. henkilökohtainen apu, omaishoidon tuki, asunnonmuutostyöt
- Tulee aloittaa **viimeistään 7 päivän** kuluessa hakemuksen saapumisesta, jos henkilö on vammaispalvelulaissa tarkoitettu vammainen henkilö ja se toteutetaan yleensä kotikäyntinä.
- Yhdessä sosiaalityöntekijän kanssa arvioidaan vammaisen ihmisen tarvitsemia palveluita, apua tai tukea.
- Selvitetään asiakkaalle hänen oikeutensa ja velvollisuutensa sekä erilaiset vaihtoehdot palvelujen toteuttamisessa

Palvelutarpeen arvio 2/4

On aina yksilöllinen prosessi, sisältää ainakin:

- Yhteenveto tilanteesta sekä sosiaalipalvelujen ja erityisen tuen tarpeista
- Sosiaalihuollon ammattihenkilön arvio asiakkuuden edellytyksistä
- Vaikeasti vammaisen oma näkemys palvelutarpeestaan
- Osallisuuden tavat ja ne palvelut, joilla tavoitteet toteutuvat yksilöllisesti ja parhaalla mahdollisella tavalla
- Tarvittaessa läheisten näkemykset ja ammattihenkilöiden arviot.

Vaikeasti vammaisella on aina oikeus päättää, keitä on läsnä palvelutarpeen arvioinnissa.

Mitä laajemmasta avun tarpeen arvioinnista on kyse, sitä suositeltavampaa on, että mukana on monenlaista osaamista.



Palvelutarpeen arvio 3/4

Arviointia on täydennettävä asiakassuunnitelmalla. Suunnitelma laaditaan yhdessä asiakkaan kanssa ja siihen sisältyy mm.:

- Asiakkaan arvio ja ammatillinen arvio tuen tarpeesta.
- Asiakkaan arvio ja ammatillinen arvio tarvittavista palveluista ja toimenpiteistä.
- Arvio asiakkaan terveyden kannalta välttämättömistä sosiaalipalveluista
- Tiedot eri alojen yhteistyötahoista, jotka osallistuvat asiakkaan tarpeisiin vastaamiseen.
- Selvitys asiakkaan elämäntilanteen ja toimintaympäristön vaikutuksesta toimintakykyyn.
- Asiakkaan ehdotus palveluiden toteuttamistavasta, jolla voidaan parhaiten vastata hänen tarpeisiinsa.



Palvelutarpeen arvio 4/4



- Asiakassuunnitelma kannattaa tarkastaa huolellisesti ja pyytää siihen tarvittavat muutokset ennen allekirjoittamista.
- Jos palveluiden tarpeissa tai olosuhteissa tapahtuu muutoksia, voidaan suunnitelmaa tarkistaa jo saatujen palveluiden osalta tai uusien palveluiden hakemiseksi.
- Tulee kirjata suunnitelman tarkistusajankohta tai olosuhteet, jotka voivat johtaa suunnitelman tarkistamiseen.

Duodecimin Hyvä käytäntö - ME/CFS-suositus 1/2

ME/CFS-sairauden määritelmä

*Kappaleessa 1.7 käytettäväksi **suositeltavien diagnostisten kriteerien perusteella krooninen väsymysoireyhtymä (ME/CFS) määritellään merkittävästi elämää rajoittavaksi pitkäkestoiseksi sairaudeksi, jonka keskeisimpiä oireita ovat 1) voimakas ja invalidisoiva uupumus tai väsyvyys, joka ei selity millään muulla fyysisellä tai psyykkisellä sairaudella, ei parane levolla ja on kestänyt vähintään 6 kuukauden ajan, 2) suhteeton voinnin huononeminen ja oireiden paheneminen vähäisenkin fyysisen tai kognitiivisen rasituksen jälkeen (PEM, post-exertional malaise), 3) unihäiriöt, kivut, autonomisen hermoston ja immuunijärjestelmän oireet sekä kognitiiviset vaikeudet ja 4) oireiston aaltoilu.***

<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/hsu00019#s1>

Duodecimin Hyvä käytäntö - ME/CFS-suositus 2/2

ME/CFS: vammaispalvelut ja sosiaalihuoltolain palvelut

Suositus

Suositus 5.4.1: Suosittelemme, että kroonista väsymysoireyhtymää (ME/CFS) sairastavan toimintakykyä arvioitaessa kartoitetaan hänen tarpeensa ja oikeutensa vammaispalvelu- ja sosiaalihuoltolain mukaisiin palveluihin.

Tukipalvelut on myönnettävä toimintakyvyn perusteella yhdenvertaisesti, diagnooseista riippumatta.

Näitä palveluja ovat muun muassa henkilökohtainen apu, kuljetuspalvelut, asunnon muutostyöt, asuntoon kuuluvat välineet ja laitteet, palveluasuminen, omaishoito ja kotiapu.

Kroonista väsymysoireyhtymää (ME/CFS) sairastava saattaa täyttää omaishoidon tuen myöntämisen perusteet, jos hänen sairautensa on vaikea.

<https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/hsu00019#s7>

Yhdenvertaisuus- valtuutetun lausunto 1/2

- Yhdenvertaisuusvaltuutettu on antanut lausunnon vakuutusosastoille koskien ME/CFS-potilaiden mahdollista syrjintää sairausetuusasioissa.
- [Hetki kerrallaan –blogista löytyy kooste lausunnosta](#)
- Koko lausunnon löydät [täältä](#)

Yhdenvertaisuus- valtuutetun lausunto 2/2

Ote lausunnosta

"Tässä yhteydessä on kuitenkin syytä huomata, että myös kriteeriä siitä, että eläke evätään riittävän objektiivisen selvityksen puutteen vuoksi, on sovellettava yhdenvertaisesti."

"Tiettyjen sairauksien diagnosointi ei perustu objektiivisesti ja ulkoisesti tarvittaessa mittausteknologiaa hyödyntämällä havaittaviin ruumiillisiin löydöksiin, vaan ennemminkin potilaan kertomuksiin ja lääkärin tekemiin muihin havaintoihin potilaan tilasta ja käytöksestä."

"Jos eräiden näiden sairauksien osalta katsotaan työkyvyttömyyden aiheuttavan toimintarajoitteen olevan olemassa riittävän objektiivisin perustein, mutta eräiden muiden vastaavanlaisten objektiivisiin löydöksiin perustumattomien diagnoosikriteerien omaavien sairauksien osalta näin ei toimita, näyttää syntyvän olettava välittömästi syrjinnästä eikä olettava vaikuta olevan kumottavissa."

"Asiassa esitetyn selvityksen perusteella esille tulleista työkykyyn vaikuttavista tiloista tässä kappaleessa kuvatun laisia ainakin nykytiedon valossa ei objektiivisesti havaittaviin ulkoisiin ruumiillisiin seikkoihin perustuvia diagnooseja vaikuttavat olevan ainakin Krooninen väsymysoireyhtymä (CFS) sekä vaikea-asteinen masennus."

Invalidiliiton neuvonta

- Invalidiliiton neuvonta on tarkoitettu fyysisesti vammaisille henkilöille, heidän läheisilleen sekä ammattihenkilöstölle.
- Invalidiliiton asiantuntijat neuvovat valtakunnallisesti sähköpostitse ja puhelimitse vammaisten henkilöiden palveluihin tai oikeuksiin liittyvissä kysymyksissä.
- Neuvonta on maksutonta, mutta puhelun hinta on lankaliittymästä soiton hinta on paikallisverkkomaksu. Matkapuhelimella soiton hinta riippuu puhelinoperaattorista.

Toimi näin:

- Lähetä kysymyksesi sähköpostilla neuvot@invalidiliitto.fi
- tai soita ti tai to klo 13–17 puh. 0200 1234.
- <https://www.invalidiliitto.fi/neuvonta>

Vammaispalvelujen käsikirja – Tuki ja palvelut

Vammaispalvelujen käsikirjan löydät täältä:

- <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut>
- Tuki ja palvelut -osiossa kuvataan vammaispalvelulain palveluja sekä lain soveltamista käytännössä.
- Vammaispalveluiden hakemista on selostettu tarkemmin [Asian vireille tuleminen ja hakemus](#) -sivulla.
- Osio on päivitetty uuden vammaispalvelulain mukaiseksi!

Kiitos!

Kirjallisuutta

Invalidiliitto. www.invalidiliitto.fi

Kansaneläkelaitos. www.kela.fi

Komulainen (2021). Krooninen väsymysoireyhtymä (ME/CFS) Hyvä käytäntö -konsensusuositus. Suomalainen Lääkäriseura Duodecim. <https://www.terveysportti.fi/apps/dtk/ltk/article/hsu00019>

Omaishoitajaliitto. <https://omaishoitajat.fi/>

Terveyskylä. <https://www.terveyskyla.fi/kuntoutumistalo/tietoa/apuvalineet>

Valtakunnalliset lääkinnällisen kuntoutuksen apuvälineiden luovutusperusteet 2023: Opas apuvälinetyötä tekeville ammattilaisille ja ohjeita asiakkaille. <https://urn.fi/URN:ISBN:978-952-00-6887-5>

Vammaispalvelujen käsikirja. THL. <https://thl.fi/julkaisut/kasikirjat/vammaispalvelujen-kasikirja/tuki-ja-palvelut>

Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto. [https://drive.google.com/drive/folders/1GwVRZZyTKovD1o82E3ApA8 -lelgacy5](https://drive.google.com/drive/folders/1GwVRZZyTKovD1o82E3ApA8-lelgacy5)