

Tukea ja vertaisuutta



Eläkettä saavan hoitotuen hakeminen

Päivitetty 1.9.2026



Sisältö



- Etuuksien ja palvelujen hakeminen
- Millainen on hyvä lausunto?
- Millainen on hyvä hakemus?
- Eläkettä saavan hoitotuen hakeminen
- Mitä teen, jos hakemukseni hylätään?
- ME/CFS: Hyvä hoito -konsensussuositus
- Lisätietoa aiheesta
- Kirjallisuutta

Palveluneuvonta ei ole viranomaispalvelu

- Palveluneuvonta ei ole viranomaispalvelua eikä viranomaisen antamaa neuvontaa.
- Se ei korvaa sosiaali- tai terveydenhuollon ammattilaisen tai viranomaisen antamaa neuvontaa. Arvioinnin ja päätöksen palvelun myöntämisestä tekee aina viranomainen.
- Varmista yksilölliset, juuri omaan elämäntilanteeseesi sopivat ohjeistukset asioitasi hoitavalta ammattilaiselta tai viranomaiselta.
- Palveluneuvonnan antamat ohjeet on tarkoitettu ohjaamaan oikeiden viranomaisten ja palveluiden äärelle.
- Suomen ME/CFS-yhdistys ry ei vastaa neuvojen mahdollisesti aiheuttamista vahingoista tai oikeudenmenetyksistä.



Etuuksien ja palvelujen hakeminen 1/2

- Hakemuksessasi sekä hakemuksen liitteenä olevissa lausunnoissa tulee kuvata selkeästi ja konkreettisin esimerkein, että täytät hakemasi etuuden tai palvelun myöntämisen perusteet sinulla diagnosoidun sairauden/ vamman takia.
- Sinun on hyvä tietää hakemiesi etuuksien tai palvelujen myöntämisen perusteet.
- Sosiaali- ja terveydenhuollon ammattilaisen on tärkeä tietää, mitä etuuksia tai palveluita haet hänen kirjoittamallaan lausunnolla, jotta hän osaa kirjata lausuntoon oleelliset asiat hakemasi etuuden/ palvelun kannalta.

Kuva. Freepik.

Etuuksien ja palvelujen hakeminen 2/2

- Eri etuuksia ja palveluja haetaan eri lausunnoilla.
 - Esim. A, B, C-lausunto, kuntoutussuunnitelma
- Kelan lääkinnällistä kuntoutusta lukuun ottamatta lausunnon voi kirjoittaa joko julkisen tai yksityisen sektorin lääkäri.
- Lisäksi kannattaa liittää mukaan lausunto fysio- ja/tai toimintaterapeutilta ja tarvittaessa psykoterapeutilta.
- Hyvinvointialue saattaa edellyttää julkisen puolen lausunnon etuuden hakemiseen.
- Yksityispuolen lausunnosta on silti usein hyötyä palvelutarpeen arvioinnissa.



Kuva. Freepik.

Uusi BC-lausunto

Mikä on uusi sähköinen BC-lääkärinlausunto?

- BC-lausunto on uusi sähköinen lääkärinlausunto, joka sisältää lääkärinlausunnot B ja C.
- Korvaa nykyiset B- ja C-lausunnot.
- Tarvitset BC-lausuntoa esimerkiksi, kun haet sairauspäivärahaa, kuntoutusta, työkyvyttömyyseläkettä, lääkekorvausoikeutta tai vammaistukea.
- Tulee käyttöön syksyllä 2026.
- Tallentuu Kantaan, ja se voidaan välittää myös Kelaan.
- Tietoa BC-lausunnosta Kelan sivuilla:
<https://www.kela.fi/yhteistyokumppanit-terveydenhuolto-laakarilausunnot-ja-todistukset-bc-lausunto>

Kuva. Freepik.

Millainen on hyvä lausunto 1/2?

- Lausunnosta sen liitteistä olisi tärkeä käydä ilmi:
 - *Potilaalla on diagnosoitu sairaudet tai vammat x, y, z. Potilaan sairauksista tai vammoista x, y, z aiheutuu potilaalle pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...*
 - Potilas täyttää sairautensa/ vammansa takia hakemansa etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.
 - Konkreettisia esimerkkejä: miten haetun etuuden tai palvelun myöntämisperusteet täyttyvät potilaan kohdalla hänen sairautensa/ vammansa takia.

Kuva. Freepik.

Millainen on hyvä lausunto 2/2?

- Lausunnosta sen liitteistä olisi tärkeä käydä ilmi:
 - Perustelut, miksi haettu etuus/ palvelu on potilaalle hänen sairautensa/ vammansa takia välttämätön.
 - Toimintakyky arjessa tulee olla kuvattuna riittävän tarkasti, hyvä kuvata kaikkien potilaalla diagnosoitujen sairauksien yhteisvaikutus liikunta-, toiminta- ja työkykyyn.

Kuva. Freepik.

Millainen on hyvä hakemus 1/2?

- Hakemukseen olisi tärkeä kirjata:
 - *Minulla on diagnosoitu sairaudet tai vammat x, y, z. Sairauksistani tai vammoistani x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että...*
 - Täytät sairautesi/ vammasi takia hakemasi etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.
 - Konkreettisia esimerkkejä: miten hakemasi etuuden tai palvelun myöntämisperusteet kohdallasi täyttyvät sairautesi/ vammasi takia

Kuva. Freepik.

Millainen on hyvä hakemus 2/2?

- Hakemukseen olisi tärkeä kirjata:
 - Perustelut, miksi hakemasi etuus/ palvelu on sinulle sairautesi/ vammasi vuoksi välttämätön.
 - Miten sairautesi vaikuttavat toimintakykyysi omassa arjessasi sekä sairauksien yhteisvaikutus liikunta-, toiminta- ja työkykyysi.

Kuva. Freepik.

Eläkettä saavan hoitotuki, hakeminen

- Hoitotukea haetaan Kelasta täältä:
<https://www.kela.fi/elaketta-saavan-hoitotuki>
- Lääkärinlausunto C tai vastaavat tiedot sisältävä lausunto (julkinen tai yksityinen lääkäri)
- Kolme eri tasoa toimintakyvyn mukaan
 - Perus hoitotuki,
 - Korotettu hoitotuki
 - Ylin hoitotuki
- Lue lisää vammaistusta Kelan sivuilta täältä:
<https://www.kela.fi/vammaistuet>



Eläkettä saavan hoitotuki 1/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

Voit saada hoitotukea 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



Eläkettä saavan hoitotuki 3/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Hoitotukea ei saa pelkästään toimintakyvyn heikentymisen perusteella.
- Keskeistä: minkä verran tarvitset apua, ohjausta ja valvontaa.
- 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.



Eläkettä saavan hoitotuki 4/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

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



Esimerkkejä 1/3

Alla esitetyjä seikkoja olisi hyvä tuoda esiin omassa hakemuksessasi sekä liitteenä olevissa lääkärin- ja muissa lausunnoissa ja selvityksissä **niiltä osin kuin ne sinun kohdallasi pitävät paikkansa.**

- *Minulla on diagnosoitu sairaudet x, y, z. Sairauksista x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että täytän hoitotuen myöntämisen kriteerit.*
- *Toimintakykyni on minulla diagnosoitujen sairauksien vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti yli vuoden ajan/ toimintakyvyn heikentyminen tulee kestämään yli vuoden ajan ja sairauteni aiheuttavat huomattavaa haittaa arjen toiminnoissa.*



Esimerkkejä 2/3

- Tarvitsen sairauksieni vuoksi **päivittäin/ viikoittain** säännöllistä ohjausta **ja/ tai** valvontaa **ja/ tai** apua arkitoimissa.
- Sairauksistani johtuvat toimintakyvyn vaikeudet näyttäytyvät selvästi rajoittuneina kaikilla suoritusten ja osallistumisen osa-alueilla, kuten ymmärtäminen, yhteydenpito, liikkuminen, arkitoimet, osallistuminen ja henkilökohtaiset toimet, kuten itsestä huolehtiminen.
- Tarvitsen sairauksieni vuoksi opastusta ja muistuttelua seuraavissa arkitoimissa **päivittäin/ viikoittain**
- Esim.
 - päivärytmin noudattamisessa, lääkityksen muistamisessa tai muissa kellonaikojen mukaan tapahtuvissa arkitoimissa.



Esimerkkejä 3/3

- *Tarvitsen apua seuraavissa arkitoimissa **päivittäin/ viikoittain***
- Esim.
 - pukeutumisessa, peseytymisessä, liikkumisessa ja sosiaalisessa vuorovaikutuksessa.
 - avun, ohjauksen tai valvonnan tarve henkilökohtaisissa toimissa.
 - vaikeuksia keskittyä jatkuvaa tarkkuutta vaativaan toimintaan
 - vaikeuksia monimutkaisten tehtävien suorittamisessa.
 - kuluu normaalia enemmän aikaa erilaisten arjen toimintojen suorittamiseen, osasta toiminnoista suoriutuminen edellyttää apuvälinettä tai henkilökohtaista apua.



Esimerkki: ylin hoitotuki

Ylin hoitotuki. Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Toimintakykyysi on sairauden tai vamman vuoksi heikentynyt yhtäjaksoisesti yli vuoden ajan/ tulee jatkumaan 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.
- Pärjää yksin vain lyhyitä aikoja.



Mitä jos hakemukseni hylätään 1/4?



- Hyödynnä tässä ohjeessa mainittuja hakemasi etuuden/ palvelun myöntämisperusteita ja muita ohjeen vinkkejä valituksessasi.
- Jos hakemasi etuus/ palvelu hylätään, kannattaa päätöksestä valittaa.
- Lue hylkäävän päätöksen yhteydessä saamasi ohjeet muutoksenhakuun ja hakemuksesi hylkäämisen perusteet tarkkaan.
- Hae muutosta valitusaikana.

Mitä jos hakemukseni hylätään 2/4?

- Valituksessa sekä liitteenä olevissa lausunnoissa ja selvityksissä tulee olla kuvattuna selkeästi ja konkreettisin esimerkein,
 - että täytät hakemasi etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.
 - että päätöksessä mainitut hylkäämisperusteet eivät mielestäsi kohdallasi pidä paikkaansa.
 - mihin seikkoihin vaadit valituksessasi perustellusti muutosta



Mitä jos hakemukseni hylätään 3/4?

- Maksutonta oikeudellista apua saa esim. Invalidiliiton neuvonnasta.
- Yksityishenkilön vireille panemat valitusasiat käsitellään oikeudessa maksutta, kun asia koskee oikeutta etuuteen, etuuden suuruutta tai etuuden takaisinperintää.
- Valitukseen kannattaa liittää lisäselvityksiä, esim.
 - kattavampi, tuore lääkärinlausunto
 - fysio- ja/ tai toiminta- tai psykoterapeutin lausunto
 - tutkimustuloksia
 - juristin lausunto
 - yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto
 - muita selvityksiä



Mitä jos hakemukseni hylätään 4/4?



- 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.
- Lääkäriä voi pyytää, olisiko mahdollista kirjata lausuntoon, että tällä hetkellä potilaan olisi hyvä keskittyä kuntoutumiseen.

Millainen on hyvä valitus 1/2?

- Valitukseen olisi tärkeä kirjata:
 - *Minulla on diagnosoitu sairaudet tai vammat x, y, z. Sairauksistani tai vammoistani x, y, z aiheutuu pitkäaikainen ja niin merkittävä toimintakyvyn alenema, että täytän hakemani etuuden/ palvelun myöntämisen perusteet.*
 - Mihin saamasi päätöksen seikkoihin ja millä perusteilla vaadit valituksessasi muutosta.



Millainen on hyvä valitus 2/2?

- Valitukseen olisi tärkeä kirjata:
 - Konkreettisia esimerkkejä: miten hakemasi etuuden tai palvelun myöntämisperusteet kohdallasi täyttyvät sairautesi/ vammasi takia.
 - Perustelut, miksi hakemasi etuus/ palvelu on sinulle sairautesi/ vammasi vuoksi välttämätön.
 - Miten sairautesi vaikuttavat toimintakykyysi omassa arjessasi sekä sairauksien yhteisvaikutus liikunta-, toiminta- ja työkykyysi.



Krooninen väsymysoireyhtymä (ME/CFS): määritelmä

Duodecimin Hyvä käytäntö -konsensussuositus määrittelee ME/CFS:n sairaudeksi:

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.



ME/CFS: Kuinka sosiaaliturva tulee huomioida 1/3?

Duodecimin Hyvä käytäntö –konsensussuositus/ 6 Kuinka terveydenhuollossa tulee huomioida ME/CFS:ää sairastavien sosiaaliturva?

- 6.1 Mitä vaaditaan lääkärinlausunnoilta B ja C?
- Lääkärin tulee lääkärinlausuntoja yleisesti koskevien ohjeiden mukaan laatia pyydettäessä lääkärinlausunto, mutta sen kannanotto tai suositus on lääkärin itsenäinen ammatillinen arvio.



ME/CFS: Kuinka sosiaalityö tulee huomioida 2/3?

Duodecimin Hyvä käytäntö –konsensussuositus/ 6
Kuinka terveydenhuollossa tulee huomioida
ME/CFS:ää sairastavien sosiaalityö?

- 6.1 Mitä vaaditaan lääkärinlausunnoilta B ja C?
- B-lausunnossa tulee kuvata sairauden diagnostisten kriteereiden täyttyminen ja sairauden kulku, saatu hoito ja sen teho, toimintakyky ja ennuste lausunnolla haetun etuuden etuuskohtaisten ohjeiden mukaan.
- C-lausunnossa tulee kuvata toimintakyky haetun etuuden etuuskohtaisten ohjeiden mukaan.



ME/CFS: Kuinka sosiaaliturva tulee huomioida 3/3?

- Kela on laatinut yleisohjeet lääkäreille B-lausunnossa tarvittavista tiedoista eri sosiaaliturvaetuuksia haettaessa.
- Etuuksien myöntökriteereiden täyttyminen arvioidaan vakuutuslaitoksissa tai -yhtiöissä.
- ME/CFS:n osalta asianmukaisen diagnostiikan ja hoidon arviointi on koettu ongelmallisena potilaiden ja heidän läheistensä, terveydenhuollon ja vakuutusjärjestelmän kannalta. Tämä on ollut yksi taustatekijä Hyvä käytäntö konsensussuosituksen laatimisessa.
- Tässä sairaudessa melko varhain kirjoitetulla toimintakyvyn kuvauksen sisältävällä SVB-lausunnolla voitaneen käytännössä joissain tilanteissa selkeyttää mahdollisia ongelmakohtia



ME/CFS: Kuntoutussuunnitelma

Duodecimin Hyvä käytäntö –konsensussuositus/ 2.1 Hoito- ja kuntoutussuunnitelma

- Suosittelemme, että kroonista väsymysoireyhtymää (ME/CFS) sairastavalle laaditaan aina hoito- ja/tai kuntoutussuunnitelma, viimeistään kun diagnoosi on tehty.
- Suunnitelmassa huomioidaan varhaisista tukitoimista saadut kokemukset.
- Hoito- ja/tai kuntoutussuunnitelman laatii potilaalle hänen hoidostaan ja/tai kuntoutuksestaan vastaava terveydenhuollon yksikkö (lääkäri yhdessä moniammatillisen tiimin kanssa). Hoito- ja/tai kuntoutussuunnitelma laaditaan yhdessä potilaan kanssa, ja siinä sovitaan tavoitteet ja niiden seuranta.



Lisätietoa aiheesta

Yhdenvertaisuus- valtuutetun lausunto 1/3

- Yhdenvertaisuusvaltuutettu on antanut lausunnon Vakuutusosastoille koskien ME/CFS-potilaiden mahdollista syrjintää sairauslainsäädännössä.
- Voit hyödyntää lausuntoa valituksessasi.
- Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunnon löydät täältä:
<https://drive.google.com/drive/folders/1GwVRZZyTKovD1o82E3ApA8-lelgacy5>
- Hetki kerrallaan –blogista löytyy kooste Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunnosta täältä:
<https://www.hetkikerrallaan.fi/me-cfs-sairaus/yhdenvertaisuusvaltuutetun-lausunto/>

Yhdenvertaisuus- valtuutetun lausunto 2/3

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 enemminkin potilaan kertomuksiin ja lääkärin tekemiin muihin havaintoihin potilaan tilasta ja käytöksestä."

Yhdenvertaisuus- valtuutetun lausunto 3/3

"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 välittömästä 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.

Toimi näin:

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

Kirjallisuutta

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

Hoitotuki: lue lisää: <https://www.kela.fi/elaketta-saavan-hoitotuki>

Kansaneläkelaitos. www.kela.fi

Invalidiliitto. www.invalidiliitto.fi

Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto.

<https://drive.google.com/drive/folders/1GwVRZZyTKovD1o82E3ApA8-lelgacy5>

