

Tukea ja vertaisuutta



Kelan vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen hakeminen

Päivitetty 1.9.2026



Kuva. Freepik.

Sisältö



- Etuuksien ja palvelujen hakeminen
- Millainen on hyvä lausunto?
- Millainen on hyvä hakemus?
- Kelan vaativan kuntoutuksen 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.

Kelan vaativa lääkinällinen kuntoutus

- Kelan vaativaa lääkinällistä kuntoutusta haetaan täältä: <https://www.kela.fi/vaativa-laakinnallinen-kuntoutus>
- Kuntoutussuunnitelma, joka on laadittu julkisessa terveydenhuollossa (julkisen sektorin lääkäri)
- Esim. fysio-, toiminta- tai psykoterapia.
- Lisätietoa vaativasta lääkinällisestä kuntoutuksesta Kelan sivuilla täällä: <https://www.kela.fi/vaativa-laakinnallinen-kuntoutus>



Kelan vaativa lääkinällinen kuntoutus 1/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Olet alle 65-v
- Sinulla on voimassa oleva yksilöllinen kuntoutussuunnitelma, jossa on todettu vaativan lääkinällisen kuntoutuksen tarve (väh. 1v. kestävä tarve)
- Suunnitelmassa suositellaan myönnettäväksi Kelan vaativaa lääkinällistä kuntoutusta X x Y min./ vuosi liikunta- ja 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 lääkinällinen 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



Kelan vaativa lääkinällinen kuntoutus 3/4

Myöntämisperusteita. Voit olla oikeutettu, jos

- Hyödyt merkittävästi yksilöllisestä Kelan vaativasta lääkinällisestä 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
- Kuntoutuksen tavoitteet eivät ole hoidollisia.



Kelan vaativa lääkinällinen kuntoutus 4/4

Kannattaa kirjata hakemukseen/ lausuntoon!

- Olet motivoitunut kuntoutukseen ja koet kuntoutuksen itsellesi tarpeelliseksi ja välttämättömäksi.
- Omina tavoitteinasi 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 ja aiheuttaa osallisuuden ja sosiaalisen elämän vähenemistä sekä elämänlaadun laskua.
- Jos hakemuksesi hylätään, voit hakea kuntoutusta hyvinvointialueelta palvelusetelillä tai Invalidiliiton sopeutumista tukeville kursseille täältä: <https://www.invalidiliitto.fi/sopekurssit>



Esimerkkejä 1/4

- 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 tarvitsen välttämättä Kelan vaativaa lääkinnällistä yksilökuntoutusta liikunta- ja toimintakyvyn parantumiseksi sekä psyykkisen hyvinvoinnin tukemiseksi sekä arjen osallistumisen ja suoritusten edistämiseksi.*
- *Minulla on voimassa oleva yksilöllinen kuntoutussuunnitelma, jossa on todettu vaativan lääkinnällisen kuntoutuksen tarve.*



Esimerkkejä 2/4

- *Minulla diagnosoidut sairaudet x, y, z heikentävät huomattavasti ja pitkäaikaisesti liikunta- ja toimintakykyäni ja arjen toiminnoista suoriutumistani ja osallistumistani.*
- *Sairauksieni aiheuttama suoritus- ja osallistumisrajoite on niin suuri, että minulla on huomattavia vaikeuksia arjen toiminnoista suoriutumisessa ja osallistumisessa kotona ja kodin ulkopuolella.*
- *Sairauksieni aiheuttama merkittävä toimintakyvyn rajoite on kestänyt (x vuotta).*
- *Hyötyisin/ olen hyötynyt merkittävästi yksilöllisestä kuntoutuksesta. Kuntoutuksen keinoin voidaan/ on voitu parantaa liikunta- ja toimintakykyäni ja arjen suorituksia ja osallistumista (esimerkkejä).*



Esimerkkejä 3/4

- *Kuntoutukseni tavoitteena on liikunta- ja toimintakyvyn tukeminen ja arjen osallistumisen ja suoriutumisen edistäminen siten, että pystyisin sairauksistani huolimatta suoriutumaan ja osallistumaan oman arkielämäni toimintoihin (ja työhöni) mahdollisimman hyvin.*
- *Kuntoutukseni tavoitteet eivät ole hoidollisia.*
- *Olen hyvin motivoitunut kuntoutukseen ja liikunta- ja toimintakykyni edistämiseen kuntoutuksen keinoin ja koen sen itselleni ehdottoman tarpeelliseksi ja välttämättömäksi.*
- *Kuntoutuksella olisi/ on ollut suuri merkitys liikunta- ja toimintakyvyn ja jaksamisen kannalta (esimerkkejä).*



Esimerkkejä 4/4

- *Ominia tavoitteinani on toimintakyvyn paraneminen siten, että pystyn (mitä asioita pystyt tekemään arjessa paremmin, jos saat kuntoutusta)*
- *Mikäli minulle ei myönnetä tarvitsemaani kuntoutusta, on hyvin todennäköistä, että liikunta- ja toimintakykyni ja psyykinen hyvinvointini tulee laskemaan nykyisestä. Toimintakyvyn heikkeneminen tulee aiheuttamaan osallisuuden ja sosiaalisen elämän vähenemistä sekä elämänlaadun laskua. (esimerkkejä)*



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: 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 Vakuutusoikeudelle koskien ME/CFS-potilaiden mahdollista syrjintää sairausetuusasioissa.
- 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>

Vaativa lääkinällinen kuntoutus: <https://www.kela.fi/vaativa-laakinnallinen-kuntoutus>

Kansaneläkelaitos. www.kela.fi

Yhdenvertaisuusvaltuutetun lausunto.

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

