



- en sammanställning om mycket som är bra att veta för en reumatiker del 4

Hjälpmedel

Det finns olika hjälpmedel för dig som har ett funktionshinder eller en långvarig sjukdom. Som hjälpmedel klassas produkter som har till uppgift att förebygga framtida förluster av funktion eller förmåga. Hjälpmedlen ska också förbättra, vidmakthålla eller kompensera för nedsatt eller förlorad funktion och förmåga att klara det dagliga livet. Det kan vara sådant som underlättar för dig att klä dig och sköta din hygien, att äta, att förflytta dig och att kommunicera med omvärlden.

Ett hjälpmedel kan vara litet, till exempel en vinklad osthyvel, eller stort som en eldriven rullstol. Det kan vara medicintekniska produkter eller hjälpmedel som kompenserar en förlorad kroppsdel eller kropps-funktion. Hjälpmedel ingår ofta i din vård eller behandling.

Om hjälpmedlet ingår i din rehabilitering ska det lämnas tillbaka när du är färdigbehandlad.

En del hjälpmedel är kostnadsfria och andra får du betala själv, helt eller delvis.

Vem förskriver?

Det är ditt landsting och din kom-

mun som ansvarar för att du får de hjälpmedel du behöver, och därför förskrivs de av hälso- och sjukvårdspersonal. Hjälpmedel skrivs oftast ut av distriktssköterska, arbetsterapeut eller sjukgymnast på din husläkarmottagning eller vårdcentral. Om du behöver en remiss till läkare med specialistkompetens, så begär den av din husläkare.

Om du regelbundet besöker reumatolog kan det vara din patientansvarige läkare som förskriver hjälpmedlet.

Ditt behov av hjälpmedel bedöms av den som skriver ut det. Ibland kan hembesök bli aktuellt, speciellt när du behöver träna dig i att använda ditt nya hjälpmedel.

Arbets hjälpmedel

Hjälpmedel som möjliggör för en person med funktionshinder att arbeta kallas arbets hjälpmedel och är ett ansvar för arbetsförmedlingen och försäkringskassan. Om du är anställd och behöver hjälpmedel för att motverka att arbetsskador uppstår, är det din arbetsgivares ansvar. Det kallas **arbetstekniska hjälpmedel**, och det är arbetsgivaren som bestämmer över inköpen.

Hjälpmedel för barn

Hjälpmedel för barn med bestående funktionshinder och barn som är inskrivna i habiliteringen kostar inget. Information får du hos habiliteringen eller din barnklinik. Är behoven tillfälliga kan din husläkarmottagning eller vårdcentral hjälpa dig.

Skolhjälpmedel

Skolhjälpmedel ska din skola köpa in, men ansvaret kan se olika ut beroende på vilka överenskommelser som finns mellan skolan och hälso- och sjukvården där du bor.

Här kan du köpa hjälpmedel

Idag är hjälpmedlen oftast inte bara funktionsdugliga utan också designade med tanke på utseende och skönhet. Mycket finns att köpa på apotek, i specialaffärer eller på syn-, hör- och hjälpmedelscentraler eller motsvarande samt på ortopedtekniska verkstäder. Du kan också köpa vissa hjälpmedel i Reumatikerförbundets medlemsbutik. Det finns även företag som säljer hjälpmedel via postorder. I telefonkatalogens Gula Sidorna kan du under rubriken Handikapputrustningar hitta flera företag som säljer hjälpmedel.

Reuma Direkt – en frågelinje per telefon

Har du funderingar kring din sjukdom och dess behandling? Ring till Reuma Direkt 020-20 20 35. Samtalet är gratis. Där får du tala med en sjuksköterska på Spenshults Reumatikersjukhus, som i sin tur har hela sjukhusets experter bakom sig.

Frågelinjen är öppen måndag 15-19 och tisdag-fredag 13-17

Resor och transporter

Parkeringstillstånd

Hos trafikenheten i den kommun där du är mantalsskriven, kan den som har svårt att gå långa sträckor och att bära tungt ansöka om ett särskilt parkeringstillstånd. Med ett sådant tillstånd får du parkera på de parkeringsrutor som är avsedda för handikappade. Det ger också möjlighet att i vissa fall parkera bilen på platser där parkeringsförbud annars gäller. Kontrollera alltid med privata fastighetsägare att de tillåter parkering.

Det krävs läkarintyg som styrker behovet av parkeringstillstånd, liksom en egen ansökan. Beslut överklagas hos Länsrätten och därefter hos Vägverket.

Bilstöd

Har du ett varaktigt funktionshinder som ger dig stora svårigheter att förflytta dig, eller att använda allmänna kommunikationer, kan du få bidrag till bil, så kallat bilstöd. Detta kan också vara aktuellt om du använder hjälpmedel för att kunna förflytta dig. Åldersgränserna för den som yrkesarbetar är 65 år och för den som inte yrkesarbetar 50 år. Bilstöd kan även ges för exempelvis moped eller motorcykel. Föräldrar till barn med funktionshinder kan ansöka om bilstöd för att kunna

transportera sig själva tillsammans med sitt barn. Ibland kan det också bli aktuellt med bidrag för att kunna ta körkort.

Bilstödet består av grundbidrag, inkomstprövat anskaffningsbidrag och anpassningsbidrag till kostnader för specialutrustning som motiveras av funktionshindret. Ibland kan även bidrag till körkortsutbildning lämnas. Det är möjligt att ansöka om grund- eller anskaffningsbidrag när sju år gått sedan senast beviljat stöd, förutsatt att inte medicinska eller trafiksäkerhetsskäl motiverar kortare intervall för ansökan. Anpassningsbidrag kan du söka närhelst behov uppstår eftersom detta inte är tidsbundet.

Kontakta alltid Försäkringskassan innan du beställer eller köper bilen eftersom beslutet om bilstöd måste ha fattats innan bilköpet genomförs.

Ansökan sker på speciell blankett och läkarintyg behövs.

Kommunal färdtjänst och sjukresor

Färdtjänst är till för dig som på grund av ditt funktionshinder inte kan resa med kollektivtrafik eller själv kan köra bil. Till det krävs ett läkarintyg som motiverar behovet. Behöver man sitta i framsätet ska

detta anges på läkarintyget. Det är den kommun där du är folkbokförd som har ansvar för färdtjänsten. Sveriges kommuner har olika bestämmelser för hur ditt resande kan ske. Avgifterna varierar från kommun till kommun, liksom om du ska betala direkt till chauffören eller om det kommer en månadsräkning hem till dig. Oftast kostar det inget extra om du beviljats ledsagare, annars är avgiften enligt kommunens fastställda taxa.

Det antal resor som du kan beviljas är också olika för kommunerna. Tillståndet kan vara tidsbegränsat eller tills vidare. Medresenär får du ha enligt de regler som kommunen har.

Om du inte kan resa med vanlig taxi kan du ansöka om att resa med specialfordon så kallad färdtjänstbuss.

Kommunen har ansvar för resor inom eller mellan den egna och närliggande kommuner.

Får man avslag på sin ansökan om färdtjänst eller riksfärdtjänst kan man överklaga detta till Länsrätten. Allt går att överklaga och även om Länsrätten oftast håller med Färdtjänsten, ska det inte av-

skräcka dig från att säga till om du tycker att ett fel har begåtts.

Sjukresor

Sjukresor kan beviljas till var och en som besöker en vårdinstans och inte kan färdas med kommunala färdmedel. Det kan gälla sjukgymnastik likaväl som läkar- eller dietistbesök. Kontrollera med sjukreseenheten vad som gäller i just ditt landsting, eftersom regler och system är olika för varje landsting.

Bor du i Stockholms län och varje vecka åker till flera olika behandlingar, kan det löna sig att skaffa ett sjukresekort. Du som har färdtjänst är automatiskt berättigad till sjukresor med ett sjukresekort. Beställ din resa som vanligt och ta med ditt färdtjänstkort.

Riksfärdtjänst

Om du har behov av att åka utanför kommungränsen så finns riksfärdtjänst. Den kan ske med bil, buss eller allmänna kommunikationsmedel tillsammans med ledsagare. Inför varje resa krävs en särskild ansökan. Även här kan kommunen ge närmare besked och reglerna liksom avgifterna varierar.

Reumatikerförbundet

Aktuella medlemsrabatter

I Reumatikerförbundets sortiment av information och pryglar finns en del material som är billigare för medlemmar.

Alla sjukdomsbroschyrer kostar 10 kronor för medlemmar mot 15 för icke medlemmar.

Att leva med ...-böckerna (artros, pelvospondylit, psoriasisartrit, RA, SLE, Sjögrens syndrom) kostar 75 kronor för medlemmar och 100 för icke medlemmar.

Många företag ger speciella rabatter till Reumatikerförbundets medlemmar. Aktuella just nu är:

- Svenska Standard Vitamins

Som medlem får du 15 % rabatt på hela sortimentet av vitaminer och kosttillskott. Se även annons i Reumatikertidningen.

- **IMG rörlighet.** Du får som medlem 15 % rabatt på fingerortosen Fingerfärdig i silver. Utprovning och beställningar via din arbetsterapeut. Hemsida www.img.rorlighet.se. Se även annons i Reumatikertidningen.

Må väl produkter. 10-20 % rabatt lämnas till medlemmar på täcken, bäddmadrasser, kuddar i Kashmirull, lammull och Merinolamm. Se även annons i Reumatikertidningen.

BeriCon. 20 % rabatt på Molnet Prevent madrasser. Hemsida:

www.bericon.se. Se även annons i Reumatikertidningen.

- **Vito Vital AB.** 10 % rabatt på Vital vil- och lyftfätölj.

Hemsida: www.vitovital.se. Se även annons i Reumatikertidningen.

Ellgre. 10 % rabatt på Prosox strumpor vid köp av minst tre par. I Reumatikertidningen finns annons med beställningkupong.

Scandic Hotél. Du får 10 % generell rabatt på ordinarie priser. Vid veckoslut och under sommaren finns särskild prislista. 30 % rabatt lämnas på Scandic Alvik i Stockholm. Då bokning sker ange avtalskod: D359110137. Det går att boka direkt på www.scandic.se

- **Mitsubishi Motors.** 7 % rabatt på nybilpriser, samt 10 % rabatt på tillbehör (dock inte reservdelar) vid köp av ny bil. Ta med medlemskortet. Hemsida www.mitsubishi.nu.

Toyota. 7,5 % rabatt lämnas på nybilpriser. Ta med medlemskortet. Hemsida: www.toyota.se

N-Hvila. 1000 kronor rabatt på massagestol.

Svenska Dagsresor & Cloud-berry of Scandinavia. 15 % rabatt på täcken, madrasser och kuddar. Rabatt på Svenska Dagsresors reseutbud. Hemsida: www.svenskadagsresor.se

Enskilda bidrag och stipendier

Enskilda bidrag för rehabilitering

Ansökningsdatum för varje år annonseras i Reumatikertidningen. (2005 var det den 1 november) Ansökningshandlingar kan rekvireras från förbundskansliet eller laddas ner från vår hemsida.

Du som kan söka ska

- ha varit medlem i minst 3 år, räknat från inträdesdatum,
- inte ha fått bidrag under de senaste tre kalenderåren.,
- vara från 18 år och uppåt. (Unga Reumatiker har fonder för barn.)

Inkomstprövning sker. Bidragen beviljas endast medlemmar som har högst fyra basbelopp i inkomst. Intyg ska lämnas som styrker din reumatiska diagnos och ditt behov av rehabilitering. Det ska dokumenteras antingen genom läkarintyg eller uppgift som styrker sjukdom/sjukskrivning/sjukersättning eller motsvarande på grund av reumatisk sjukdom.

Rehabiliteringen kan ske antingen i egen regi eller vara anordnad av förening, distrikt eller vara annan rehabilitering där ovanstående villkor i övrigt uppfylles.

Egenfinansieringens storlek beror på kostnaden för resan. Som bidragsgrundande kostnad räknas resa, logi, kost som ingår i boendet samt rehabiliteringsaktivitet. Rehabiliteringen ska omfatta minst 14 dagar inklusive resdagar och inkludera minst två rehabiliteringsaktiviteter per dag - i grupp eller individuellt.

Bidragen fördelas genom lottning mellan sökande som uppfyller kriterierna. Blankett för utbetalning och slutredovisning får du vid bekräftelse på beviljat bidrag. Bidraget utbetalas när du sänder in bokningsbekräftelse och intyg om oförändrade inkomstförhållanden.

Stiftelsen Paul Jensens fond

Annonsering görs varje vår i Reumatikertidningen där regler samt ansökningstid anges.

Ansökan skall göras på speciell ansökningsblankett som kan rekvireras från förbundskansliet telefon 08-505 805 00 eller laddas ner från vår hemsida, www.reumatikerforbundet.org.

Ur stiftelsen Paul Jensens fond kan du söka bidrag för att på olika sätt underlätta vardagen, dock inte för dator, tvättmaskin, diskmaskin, glasögon, bil, resa eller behandling. För att få bidrag måste du vara icke rökare.

Hjälpmedel för barn

Hjälpmedel för barn med bestående funktionshinder och barn som är inskrivna i habiliteringen kostar inget. Information får du hos habiliteringen eller din barnklinik. Är behoven tillfälliga kan din husläkarmottagning eller vårdcentral hjälpa dig.

Skolhjälpmedel

Skolhjälpmedel ska din skola köpa in, men ansvaret kan se olika ut beroende på vilka överenskommelser som finns mellan skolan och hälso- och sjukvården där du bor.

Här kan du köpa hjälpmedel

Idag är hjälpmedlen oftast inte bara funktionsdugliga utan också designade med tanke på utseende och skönhet. Mycket finns att köpa på apotek, i specialaffärer eller på syn-, hör- och hjälpmedelscentraler eller motsvarande samt på ortopedtekniska verkstäder. Du kan också köpa vissa hjälpmedel i Reumatikerförbundets medlemsbutik. Det finns även företag som säljer hjälpmedel via postorder. I telefonkatalogens Gula Sidorna kan du under rubriken Handikapputrustningar hitta flera företag som säljer hjälpmedel.

Reuma Direkt – en frågelinje per telefon

Har du funderingar kring din sjukdom och dess behandling? Ring till Reuma Direkt 020-20 20 35. Samtalet är gratis. Där får du tala med en sjuksköterska på Spenshults Reumatikersjukhus, som i sin tur har hela sjukhusets experter bakom sig.

Frågelinjen är öppen måndag 15-19 och tisdag-fredag 13-17

Annat som är bra att veta

Reumatikerfonden

Reumatikerförbundet stöttar reumatologisk forskning. Varje år samlas mellan 6-12 miljoner in. Med mer pengar skulle forskningen kunna breddas för att lösa reumatismens gåta. Målet med forskningen är att människor med reumatisk sjukdom ska få ett bättre liv.

För att fördela forskningsanslagen finns en vetenskaplig nämnd, som består av landets främsta experter på området. Vid varje ansökan görs en noggrann vetenskaplig prövning. De projekt som får forskningsbidrag redovisas varje år i Reumatikertidningen och på hemsidan.

Så här kan du bidra:

- Autogiro – givaren bestämmer sig för ett belopp som varje månad dras direkt från bankkontot.

In memorian (minnesblad) – i stället för blommor vid begravningar.

Högtidskort – i stället för present på en högtidsdag.

SMS 726 90 – SMS:a ett R och skänkt därmed 25 kronor till fonden.

Banco Humanfond – Spara i fonden och 2 procent av fondförmögenheten går till Reumatikerfonden varje år.

Testamentera pengar.

Betala via inbetalningskort, som kommer till dig i olika sammanhang, bland annat genom information som alla givare får några gånger om året.

Unga Reumatiker

Unga Reumatiker är en självständig riksorganisation som arbetar för barn och ungdomar i åldern 7 – 35 år med reumatiska sjukdomar. Organisationen har cirka 1 600 medlemmar i hela landet som automatiskt också är medlemmar i Reumatikerförbundet. Unga Reumatiker sprider information om reumatiska sjukdomar hos barn och ungdomar, deras rättigheter och sociala förmåner. Organisationen anordnar kurser och läger för sina medlemmar. I de flesta län finns även lokala Unga Reumatikerregioner eller arbetsgrupper som exempelvis anordnar bassängträning, biobesök, utflykter, föreläsningar och andra aktiviteter.

Riksorganisationen Unga Reumatiker,

Pepparvägen 12, 123 56 Farsta.

Telefon: 08-605 82 70 Fax: 08-605 48 80.

E-post: kansliet@ungareumatiker.org Hemsida: www.ungareumatiker.org