



VEIKINDI OG VOTTORÐ

HELGA SÓL DR.PH.,MSC.SW.
LEIÐTOGI FÉLAGSRÁÐGJAFNA HH



HEILSUGÆSLA
HÖFUDBORGARSVÆÐISINS

I Used Up All My Sick Days
704 ©2000 Bad Habits
SO I CALLED IN DEAD

I'm TIRED. (T)icked off.
(I)rritated. (R)eady to cry.
(E)xtremely upset.
(D)one.



"You know it's a bad day at
work when your stress level
reaches 'watching cute
animal videos on repeat'
level."

FunFictions.Pro



Í UPPHAFI SKAL ENDIRINN SKOÐA



Muna að fyrsta íhlutun hefur áhrif á framhaldið

- Að vera tekinn úr vinnu/skóla/virkni getur skaðað – Ekki gera það nema heilsubrestur (sjúkdómur – afleiðing slys) sé að ræða og meðferðarplan sé gert.
- Sérstaklega ef um er að ræða
 - Stress
 - Lífið (yfirmaðurinn, makinn, börnin, húsið, foreldrar)
 - Verkir
 - Depurð, leiði og áhyggjur
 - Þreyta

EKKI SJÚKDÓMVÆÐA LÍFIÐ!

BYRJA Á RÉTTUM ENDA – AFHVERJU ER HEILSUBRESTUR?

Dæmi sem koma til heilsugæslunnar og spurning hvar á byrja

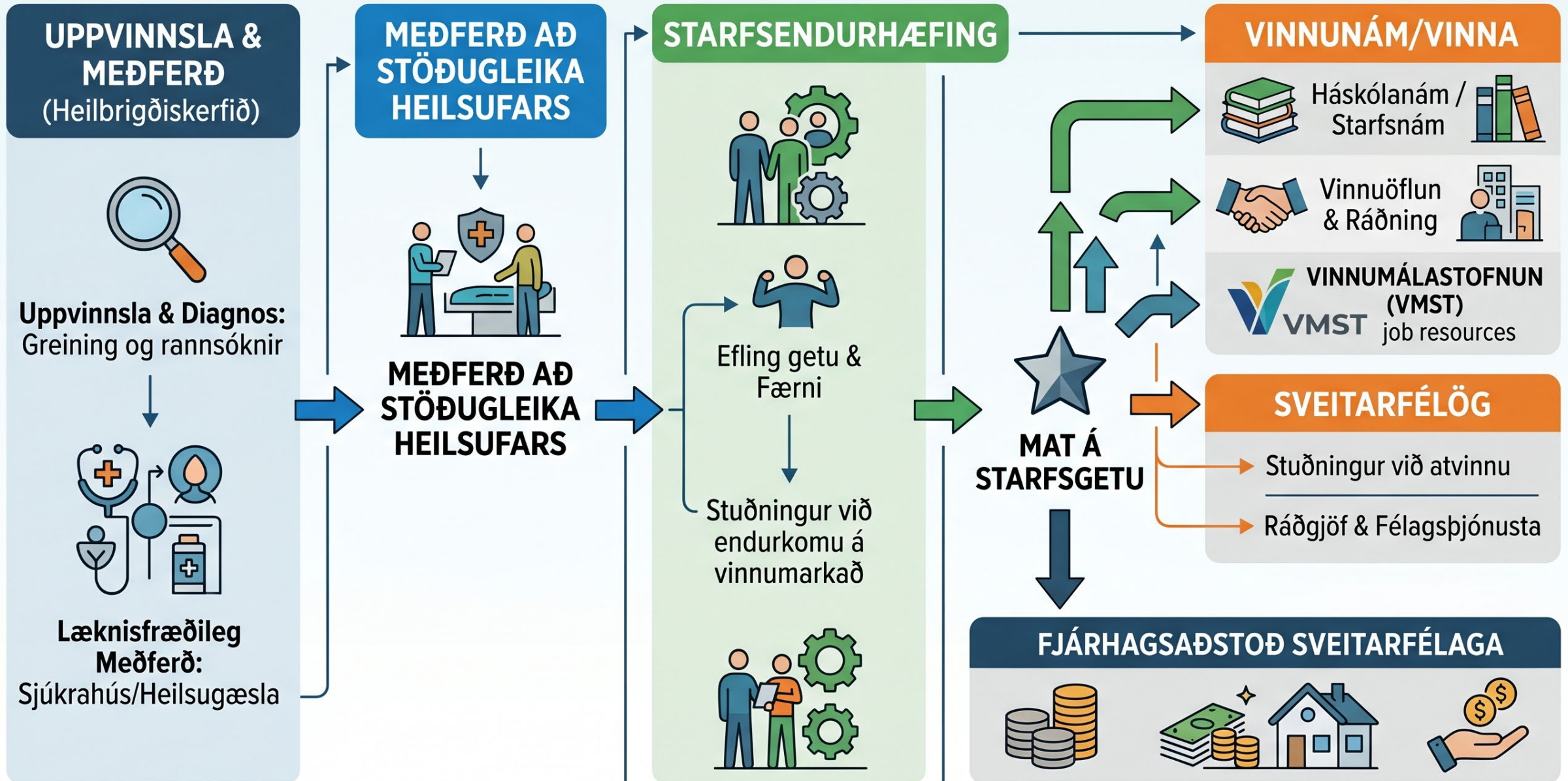
- Ríkisstarfsmaður (kona) um 50 ára sem er byrjuð að sofa illa og er kvíðin. (Reyndar með ungling heima og aldraða foreldra)
- Kennari með erfiðan bekk og lítinn stuðning frá yfirmönnum (Reyndar að skilja)
- Einstæð móðir sem starfar við umönnun og getur ekki meir. (Er í forsjádeilum)
- 23 ára einstaklingur sem starfar í verslun og á að byrja að vinna kl. 9:00 en getur ekki vaknað. (Reyndar hefur aldrei getað stundað skóla né vinnu – höndlar illa margmenni)

Er þetta sjúkdómur í grunninn sem hægt er að lækna?

VÍSA Í RÉTT ÚRRÆÐI STRAX



FLÆÐISKEMA: FRÁ HEILBRIGÐISKERFI TIL STARFS OG STUÐNINGS



FERLI SJÚKLINGS HH – VOTTORÐ.

Snemmtæk íhlutun við veikindi/slys

- **Markmið:** Viðhalda virkni og sambandi við vinnu/nám.
- Samvinna sjúklings og atvinnurekanda

Framfærsla:

1. Veikindaleyfi hjá atvinnurekanda/skóla

Vottorð:

1. V-vinna fjarvistir eða V-skóli fjarvistir.

Lengri veikindi - Viðurkennd meðferð

- **Markmið:** Viðurkennd meðferð innan heilbrigðiskerfisins til að ná heilsu eða stöðuleika.
- Gera meðferðarplan með tímaramma

Framfærsla:

1. Sjúkradagpeningar, Sjúkrasjóður stéttafélaga,
2. Sjúkragreiðslur TR

Vottorð:

1. TR-sjúkradagpeningar
2. TR-grunnvottorð og viðeigandi Staðfestingar

Endurhæfing

- **Markmið:** Þvæfagleg endurhæfing eftir að stöðuleika er náð til að endurhæfa út frá færni og getu. T.d. Virk, Reykjalundur, Geðheilsuteymin

Framfærsla:

1. Endurhæfingarlífeyrir TR
2. Örorkugreiðslur lífeyrissjóða (endurnýja á ársfresti)

Vottorð:

1. TR-grunnvottorð
2. V-umsókn örorkulífeyrir

Örorka hjá TR er varanleg og þarf að vera búð að reyna allar viðurkenndar meðferðir við heilsubrestinum sem veldur óvinnufærni og láta reyna á starfsendurhæfingu.

Vottorð: TR-V vottorð um örorku



NOKKRAR ÁBENDINGAR

- Sækja þarf um allar greiðslur – rafrænt
- Láta skjólstæðinginn finna út sjálfan hvað vantar
- Gott að benda á hugsanlegan rétt hjá t.d. lífeyrissjóðum
- Ekki vinna sem félagsráðgjafi eða fjármálaráðgjafi

Muna! Sjúklingur þarf sjálfur að sækja um.

Aldrei að segja upp vinnu vegna veikinda!

VINNUVEITENDAVOTTORÐ/HLUTAVEIKINDI

- Ekki skylda að fá vottorð
- Votta lengri veikindi
- Senda í Heilsuveru
 - HH-Vottorð < 7 daga án aðkomu ritara og greitt
 - Skilaboð til móttöku um greiðslur
- VVV – Atvinnulaus – Þarf það? **Já, það þarf**
- Gildistími 1 mánuður ef enginn tími er ákveðinn

Læknisvottorð til atvinnurekanda v/fjarvista					
Persónuupplýsingar					
Upplýsingar					
Fyrirtæki			Starf		
Övinnufær		Vegna			
☒ með öllu ☐ að hluta		☒ sjúkdóms ☐ vinnuslyss ☐ annars slyss			
Tímabilið:	Frá	Til	Til dags ☐ Övíst	Tilk. lækni dags.	Skoðun dags.
Aðrar upplýsingar					

STARFSHÆFNIVOTTORÐ

- Vottorð um heilsu til vinnu eftir langvinn veikindi
 - Ríki
 - Sveitarfélög
- Trúnaðarlæknir metur oft

Læknisvottorð	
Heilsugæslan Miðbæ	
Persónuupplýsingar	
Athugasemd	
Texti	Það vottast hér með að hefur náð heilsu eftir veikindi/slys og telst fær til vinnu.

ENN VEIKUR

- Veikindadagar búnir
- Sjúkradagpeningar
 - Langvinn veikindi og veikindaréttur búinn
 - Greiddir eru sjúkradagpeningar vegna ólaunaðrar fjarveru frá vinnu sem nema 80% af grunni inngreiðslu í sjóðinn sl. 12 mánaða fyrir óvinnufærni



SJÚKRADAGPENINGAVOTTORÐ

- Sjúkrasjóðir stéttafélaga
- Sjúkratryggingar
 - Sjúkradagpeningar
 - Vinnuslys o.fl.
- Oft viðbót við sjúkrasjóði
 - Benda skjólstæðing á en sama vottorðið
- Tryggingafélög
- Eitt eyðublað
 - Nýtt vottorð á tveggja mánaða fresti

Til umboðs sjúkratrygginga		Sjúkradagpeningavottorð Heilsugæslan Miðbæ	
Sjúkratryggingar Íslands			
Persónuupplýsingar			
Sjúkdómsgreiningar			
Heiti		Kóði	
Athugasemd			
Upplýsingar			
Hefur annar læknir skoðað eða stundað sjúkling vegna þessa sjúkdóms?			
☐ Já ☐ Nei			
#	Nafn	... og hvenær	
Hefur sjúklingur dvalið á sjúkrahúsi / sjúkrastofnun vegna þessa sjúkdóms?			
☐ Já ☐ Nei			
#	Ef já - hvar	... og hvenær	
Dags. síðustu skoðunar			
03.10.2021			
Vinnufærni sjúklings af þessum sjúkdómi að þessu sinni samkvæmt því sem þú hefur staðreynt:			
Áætlað tímabil:			
Óvinnufær með öllu:	Frá	Til	
Óvinnufær að hluta:	Frá	Til	

ÁVERKAVOTTORÐ – SLYSADAGPENINGAR

- Sjúkratryggingar Íslands
- Vinnuslys
- Frítímaslys – Tryggingafélög
 - Tveggja mánaða fresti
- Skrá atvikalýsingu og áverka, ef til vill taka mynd, skrá nákvæmlega í sjúkraskrá
- Oft undanfari vottorða til lögfræðinga
- Vottorð um afleiðingar slyss skrifuð samkvæmt beiðni – ekki akút mál á vakt

Áverkavottorð váttryggingafélaga innan S.Í.T.	
Heilsugæslan Miðbæ	
Áverkavottorð váttryggingafélaga innan S.Í.T. Berist til trúnaðarlæknis.	
Persónuupplýsingar	
Váttryggingafélag	
Nafn	Kennitala
Heimilisfang	Þnr Svæði
Starf / staða	
Hvaða starf hafði hinn slasaði/váttryggði þegar slysið varð?	
Í hverju fólst það?	
Áverkar	
#	Heiti
Lýsing	
Upplýsingar um slysið	
Dagsetning og tími slyss	Hvenær var fyrst leitað læknis, dags.
Tildrög slyssins og slyssstaður	
Tilgreinið lækni/heilsugæslustöð/sjúkrahús og deild	
E númer	

Áverkavottorð	Læknisvottorð vegna slyss		
Heilsugæslan Miðbæ			
Sjúkratryggingar Íslands			
Persónuupplýsingar			
Upplýsingar um slysið			
Slys varð við ...			
☐ vinnu	☐ iðnnám	☐ björgunarsköf	
☐ stjórn véla/ökutækis	☐ íþróttaleikun	☐ heimilisstörf skv. tryggingu á frt.	
Nafn fyrirtækis eða vinnuveitanda			
Slysstund, dagur, mán, ár, kl.		Slys varð ...	
☐ á vinnustað		☐ á leið til / frá vinnu	☐ á öðrum stað í erindum fyrirtækis
Ef á öðrum stað í erindum fyrirtækis, hvar og í hvaða erindum?			
Lýsing á tildrögum eða orsök slyssins, m.a. hvað hinn slasaði hafðist að			



FÉLAGSÞJÓNUSTAN – EF VIÐKOMANDI ER VEIKUR!

- Alm. Vottorð gildir fyrir sveitafélög – en ekki nauðsynlegt fyrir greiðslur.
- Staðan í dag
- Skilaboð til félagsþjónustunnar
- Ráðleggingar um aðstoð – meðferð
- Gjarnan samráð við félagsráðgjafa – fundir víða
- Ekki: „Er óvinnufær og þarf fjárhagsstuðning“

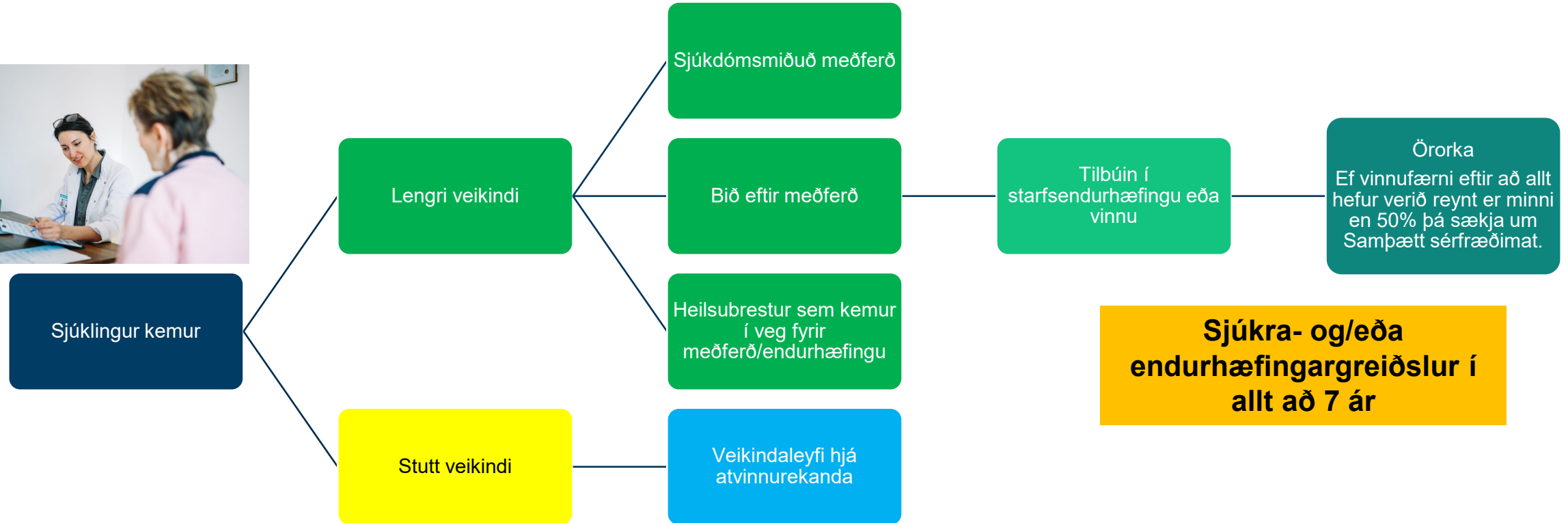
Muna að félagsleg endurhæfing fer fram hjá sveitarfélögum

ENN HEILSUBRESTUR – NÆSTU SKREF



- Þörf á frekari sjúkdómsmiðaðri meðferð –
uppvinnslu- bið eftir meðferð
eða aðgerð.
- Markmið að viðkomandi nái
heilsu til að geta nýtt sér
endurhæfingu til að ná hæfni
til starfa

FERLI EF SJÚKDÓMUR EÐA AFLEIÐINGAR SLYS TEKUR LENGRI TÍMA



Þarf að klára áður en sótt er um TR

Benda sjúkling að sækja um hjá tr.is

1. Veikindaleyfi hjá atvinnurekanda

2. Sjúkradagpeningar Stéttafélög

3. Sjúkragreiðslur TR

4. Endurhæfingarlífeyrir TR

5. Örorka Samþætt sérfræðimat

Nýjar sjúkra- og endurhæfingargreiðslur

- Eru nýr greiðsluflokkur,
- Taka við af endurhæfingarlífeyri 1. september 2025,
- Eru framfærsla einstaklinga sem:
 - ...taka virkan þátt í endurhæfingu eða fá viðurkennda læknismeðferð
 - ...bíða eftir að meðferð eða endurhæfing hefjist
 - ...eða geta ekki hafið endurhæfingu eða meðferð vegna heilsubrests
- Í þeim felst einföldun á greiðsluflokkun og útreikningi réttinda, aukinn stuðningur og með þeim er betur gætt að samfelli í þjónustu.

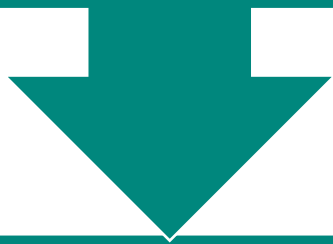




NÝJA LÖGGJÖFIN HJÁ TR SJÚKRAGREIÐSLUR OG ENDURHÆFINGARGREIÐSLUR

A. Eitt Grunnvottorð – gildir þar til nýtt er gert = ef það verður breyting á heilsufari gera nýtt

Nota bara þær ICD greiningar sem er verið að vinna með.



B. - Staðfesting á ..

1. Viðurkennd meðferð
2. Heilsubrestur sem kemur í veg fyrir að endurhæfing eða meðferð geti hafist.
3. Bið eftir viðurkenndri meðferð eða Endurhæfingu

- Greining, uppvinnsla og meðferð á heilsubrest fer fram innan heilbrigðiskerfisins
- Endurhæfing fer ekki fram innan heilsugæslunnar = Enginn endurhæfingaráætlun!
- Sjúkdómsmiðuð meðferð sem er veitt annars staðar t.d. á spítalanum, á að votta þar

Læknisvottorð

- Áður en til sjúkra- og endurhæfingargreiðslna getur komið er skilyrði að **læknisvottorð** vegna umsóknar um sjúkra- og endurhæfingargreiðslur liggi fyrir.
- Tryggingastofnun mun ekki óska eftir nýju læknisvottorði aftur nema það sé sérstök þörf á því.
 - ☐ Almennt verður nóg að skila staðfestingu eða áætlun þegar sótt er um framlengingu á greiðslum.
- Hægt er að nýta þetta læknisvottorð í tengslum við endurhæfingu almennt.



Læknisvottorð

- ☐ Þrjár ICD-10 greiningar sem eru helsta ástæða óvinnufærni.
- ☐ Fyrri heilsufarssaga.
- ☐ Staða umsækjanda í dag.
- ☐ Nánara mat á stöðu umsækjanda með tilliti til líkamslegs, andlegs, virkni og þátttökuvanda með sex punkta kvörðum.



TR-V GRUNNVOTTORÐ

Saga

Samskipti

Eyðublað

Flytublað

Verkfæri

Kaflar

Írsla án samskipta (deild)

123123-1239

24 ára

0+

Heilsugæsla : --

Heimilislæknir : --

Málastjóri : --

Símanúmer : 9999999

EYÐUBLÖD

Sjúklingar

AFGREIÐSLA

FORSÍÐA STARFSMANNS

FORSÍÐA SÚKLINGS

EYÐUBLÖD

Heilsugætt

TEXTASÝN WPF

MÆDRASKRÁ

Ungbarnavernd

Mælingar

Hreyfistjórnun

Biðlisti

Viðhengi

Prófunarsjúklingur

Rafraen blöð

Öll eyðublað

Kaflaskipt

Samskipti

09.10.2025, Hliðar, Viðtal, Lífstílsráðgjöf

30.09.2025, Fjórður, Viðtal, Ungbarnavernd

29.09.2025, Garðabær, Viðtal, Almenn læknishjál

23.09.2025, Efstaleiti, Færsla án samskipta, Almenn læknishjál

19.09.2025, Árbaer, Færsla án samskipta, Almenn læknishjál

16.09.2025, Mjódd, Færsla án samskipta, Almenn læknishjál

11.09.2025, Mjódd, Viðtal, Almenn læknishjál

08.09.2025, Garðabær, Símtal, Heilsuvernd aldraðra

03.09.2025, Fjórður, Viðtal, Ungbarnavernd

02.09.2025, Mjódd, Viðtal, Almenn læknishjál

02.09.2025, Árbaer, Færsla án samskipta, Almenn læknishjál

02.09.2025, Mosfellsbær, Viðtal, Ungbarnavernd

28.08.2025, Geðheilsuástoð barna, Bréf og gögn, Geðheilsut meira...

allar færslur...

Dags.	Eyðublað	Undirritaður starfmaður	Í umsjón	Útfyllt af	Stofnað
23.09.2025	Samskiptaseðill	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025
25.09.2025	TR Endurhæfingarvottorð	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	25.09.2025
23.09.2025	TR-V grunnvottorð	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025
23.09.2025	TR-V Staðfesting á bið eftir viðurkenndri meðferð	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025

Heilsugæslan Efstaleiti

Opð skrúð á H.S.Ó.

+ Persónuupplýsingar

Almennt

Hversu langi hefur þú stundað skjólstaðing

Dags. síðustu skoðun

Skjólstaðingur varð óvinnufær

— Sjúkdómsgreiningar

1

Heiti

+ Ný færsla

Sjúktrasaga

Fyrri heilsufars saga og lýsing á heilsufarsvanda, sem veiddur óvinnufærni

Starfsmaður

☐ Sýna heimahjúkrun

123123-1239, Prófunarsjúklingur, Útíalandi, 671 Kópasker, hs: 8654824, gsm: 9999999, vs: 8923090

STAÐFESTINGAR FYRIR TR

Viðurkennd meðferð

Bið eftir viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu

Heilsubrestur kemur í veg fyrir að meðferð eða endurhæfing geti hafist

- Notum fyrir okkar sjúklinga sem eru að stefna á vinnumarkað eða í nám í nánustu framtíð.
- Verður að vera sjúkdómur eða afleiðingar slys sem veldur óvinnufærni
- Sjúklingur ber sjálfur ábyrgð á að ná heilsu.
- Vandí vegna félagslegra aðstæðna eða vanvirkni á ekki að sjúkdómsvæða heldur vísa í félagslegt úrræði.

STAÐFESTINGAR INNÍ SÖGU

SagaSamskiptiEyðublaðFlýtiðblaðVerkfæriKafar

Sjúklingar

AFGRÆÐSLA

FORSÍÐA STARFSMANNS

FORSÍÐA SJÚKLINGS

EYÐUBLÖÐ

Heilsugætt

TEXTASYN WPF

MÆDRASKRÁ

Ungbarnavernd

Mælingar

Hreyfistjórnun

Blálisti

Viðhengi

Starfsmaður

☐ Sýna heimahjúkrun

Prófunarsjúklingur

123123-1239

24 ára

114

4

0

0

Prófunarsjúklingur

Rafræn blöð

Öl eyðublað

Kafasíkipt

Samskipti

14.10.2025, Mjódd, Viðtal, Almenn læknishjálpi

09.10.2025, Hlíðar, Viðtal, Lífstíðaráðgjöf

30.09.2025, Fjörður, Viðtal, Ungbarnavernd

29.09.2025, Garðabær, Viðtal, Almenn læknishjálpi

23.09.2025, Efstaleiti, Færsla án samskipta, Almenn læknishjálpi

19.09.2025, Árbaer, Færsla án samskipta, Almenn læknishjálpi

16.09.2025, Mjódd, Færsla án samskipta, Almenn læknishjálpi

11.09.2025, Mjódd, Viðtal, Almenn læknishjálpi

08.09.2025, Garðabær, Símtal, Heilsuvernd aldraðra

03.09.2025, Fjörður, Viðtal, Ungbarnavernd

02.09.2025, Mjódd, Viðtal, Almenn læknishjálpi

02.09.2025, Árbaer, Færsla án samskipta, Almenn læknishjálpi

02.09.2025, Mosfellsbær, Viðtal, Ungbarnavernd

meira...

allar færslur...

Þrír möguleikar á Staðfestingum

Heilsugæsla : --
Heimilislæknir : --
Málastjóri : --
Símanúmer : 99999999

EYÐUBLÖÐ

Dags.	Eyðublað	Undirritaður starfsmaður	Í umsókn	Útfyllt af	Stofnað
23.09.2025	TR-V grunnvottorð	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025
23.09.2025	TR-V Staðfesting á bið eftir viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025
23.09.2025	TR-V Staðfesting á heilsubresti	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025
23.09.2025	TR-V Staðfesting á viðurkenndri meðferð	Lilja Björk Kristinsdóttir	Helga Sól Ólafsdóttir	LDRþ	23.09.2025

TR-V Staðfesting á bið eftir viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu

Heilsugæslan Efstaleiti

Opiðskrúð á H.S.Ö.

+ Persónuupplýsingar

— Upplýsingar um grunnvottorð

Grunnvottorð finnst ekki, ekki er hægt að staðfesta þetta eyðublað fyrr en búið er að skrá grunnvottorð

Skráning

Staðfesting á bið eftir

☐ Viðurkenndri meðferð

☒ Endurhæfingu

Hvaða úrræði sem beðið er eftir hefur verið sótt um

Annað

Vinsamlegast skýrðu vali á úrræðum

Sjúkdómsmiðaðri meðferð lokið - stöðuleika náð. Næstu skerf starfsendurhæfing.

Hefur umsókjandi öður verið í viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu?

☐ Já

☒ Nei

Áætlað upphaf

Áætlað lok

Undirskrift

Þarf að gera grunnvottorð fyrst

123123-1239, Prófunarsjúklingur, Útíðandilandi, 671 Kópasker, hs: 8654824, gsm: 99999999, vs: 8923090

TR-V STAÐFESTING Á VIÐURKENNDRI MEÐFERÐ

Viðurkennd meðferð

- Tímabundinn viðurkennd meðferð sem HH stýrir og ber ábyrgð á.
- Markmið meðferðar: Ná heilsu eða stöðuleika til að geta nýtt sér Starfsendurhæfingu eða farið í virkni (vinnu/nám).
- Getum notað úrræði fyrir utan HH í okkar meðferð.

Heilsugæslan Efstaleiti

+ Persónuupplýsingar

+ Upplýsingar um grunnvottorð

Staðfesting á viðurkenndri lækisfræðilegri meðferð

Tegund meðferðar
Annað X v

Er annað, þá hvað?
Viðeigandi lyfjameðferð - verkjastilandi og bólguvæðandi lyfjameðferð
Sjúkrapjálfun
Beiðni í Virk verður send eftir 3 mánaða meðferð þar sem bæt á að vera náð á þeim tíma.

Hefur skjölstaðingur áður verið í viðurkenndri meðferð eða endurskipting?
☐ Já ☒ Nei

Áætlað upphaf
11.2025

Áætlað lok
04.2026

Undirskrift

Starfsmaður
Helga Sól Ólafsdóttir

Dagsetning
25.11.2025

HAFA Í HUGA

Dæmi: Brjóslos

- Læknir ákv. viðeigandi lyfjagjöf og fær plan frá sjúkrapjálfa um viðeigandi sjúkrapjálfun og tímalengd.
- Sjúklingur ber ábyrgð á að sinna sinni meðferð og að fá plan frá sjúkrapjálfa.

Dæmi: Kvíði - þunglyndi

- Læknir greinir eða sendir í frekari greiningu á vanda (sálfræðing, félagsráðgj., geðhjúkrunarfr.)
- HAM námskeið
- Sálfræðimeðferð við kvíða/þunglynd –fá plan ef meðferð er utanhús.
- Viðeigandi lyfjameðferð

Ef frekari meðferð mun ekki auka vinnufærni er tími til kominn að láta reyna á vinnufærni og vísa í Virk í mat á starfsenduhæfingu.

Viðhaldsmeðferð veitir ekki rétt til sjúkragreiðsla

STAÐFESTING Á BIÐ EFTIR VIÐURKENNDRI MEÐFERÐ EÐA ENDURHÆFINGU

2 # Staðfesting

- Við staðfestum bara bið eftir meðferð innan HH.
- Hvert úrræði (t.d. Geðheilsuteymin) sendir Staðfestingu að viðkomandi er kominn á biðlista
- Úrræði utanhús eiga staðfesta sína bið (t.d. Virk, LSH)

Bið eftir viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu

+ Persónuupplýsingar

+ Upplýsingar um grunnvottorð

Skráning

Staðfesting á bið eftir

☒ Viðurkenndri meðferð ☐ Endurhæfingu

Hvaða úrræði sem biðir er eftir hefur verið sótt um

Viðtöl við sálfræðing

X v

Vinsamlegast skýrðu val á úrræðum

þarf frekari meðferð vegna félagskviða - er á biðlista eftir meðferð hjá sálfræðing HH.

Helur umsóknandi áður verið í viðurkenndri meðferð eða endurhæfingu?

☐ Já ☒ Nei

Áætlað upphaf

11.2025

Áætlað lok

02.2026

Undirskrift

Starfsmaður

Helga Söl Ólafsdóttir

Dagsetning

23.09.2025

HAFA Í HUGA – ÚRRÆÐIN VITA BIÐTÍMA EN EKKI VIÐ !

Dæmi: Virk

- Beiðni til Virk send frá HH
- Virk sendir Staðfestingu á bið þegar viðkomandi hefur verið samþykktur í úrræðið

Dæmi: LSH – liðskipti

- Tilvísun send frá HH
- LSH Staðfestir að viðkomandi er kominn á biðlista

Dæmi: Reykjalundur

- Tilvísun send frá HH
- Reykjalundur sendir staðfestingu þegar viðkomandi er kominn á biðlista.

Mikilvægt að halda fólki í virkni s.s. áframhaldandi viðurkenndri meðferð sem hefur verið í gangi svo að bati tapist ekki á meðan beðið er eftir úrræði

Benda fólki á að óska eftir þessari staðfestingu hjá úrræðinu.

Sjúklingur ber ábyrgð á sinni heilsu

STAÐFESTING Á HEILSUBREST

- Ef um er að ræða heilsubrest sem kemur í veg fyrir að meðferð eða endurhæfing geti hafist.
- Tímabundið úrræði – hafa eins stutt og hægt er – þarf að endurnýja eftir 6 mán.
- Nota sparlega – getur skaðað að vera hvorki í viðeigandi meðferð né endurhæfingu.

Heilsubrestur kemur í veg fyrir að meðferð eða endurhæfing geti hafist



TR-V Staðfesting á heilsubresti

Heilsugæslan Efstaleiti

Opð skrúð á H.S.Ó.

+ Persónuupplýsingar

+ Upplýsingar um grunnvottorð

Heilsubrestur kemur í veg fyrir að viðurkennd lækni meðferð eða endurhæfing geti hafist

Greinið frá heilsubresti sem kemur í veg fyrir að meðferð geti hafist

Dæmi:

Er í lækniþræðilegri uppvinnslu - óljós sjúkdómamynd. Beðið eftir myndgreiningu og frekari uppvinnslu. Endurhæfing ekki tímabær eða
Er á bið eftir mati geðlæknis og í framhaldi viðeigandi meðferð

Hafur skýlæðingur áður verið í viðeigandi meðferð eða endurhæfingu?

☐ Já ☒ Nei

Áætlað upphaf

11.2025

Áætlað lok

04.2026

Undirskrift

Starfsmaður

Helga Sól Ólafsdóttir

Dagsetning

23.09 2025

MIKILVÆGT AÐ MUNA

Sjúkra-/endurhæfingargreiðslur eru með það markmið að koma viðkomandi til vinnu eða í nám.

- Því verður að vera skýrt að þessa greiðslur eru skilyrtar að viðkomandi stundi sína meðferð og ber sjálfur ábyrgð á því að sýna fram á það. Og þegar sjúkdómsmiðaðri meðferð er lokið þá er næsta skref Virk eða félagsleg endurhæfing hjá sveitarfélagi.
- **Viðurkennd meðferð = 1-12 mánuðir – þarf að endurnýja**
 - **Biðgreiðslur og heilsubrestur= 1-6 mánuðir – þarf að endurnýja**

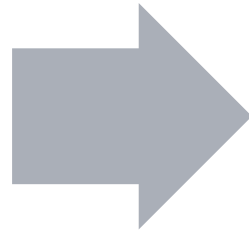
DÆMI: 50 ÁRA LEIKSKÓLAKENNARI, STOÐKERFISVANDI, SAGA UM KVÍÐA SEM HEFUR AUKIST Í ÞESSUM VEIKINDAFASA. HEFUR LOKIÐ RÉTTI HJÁ ATVINNUREKANDA OG SJÚKRASJÓÐI



Sjúkdómsmiðaðri meðferð er tímabundið úrræði 3-12 mán. og þegar því er lokið þá er næsta skref Virk eða félagsleg endurhæfing hjá sveitarfélagi.

Viðurkennd meðferð innan heilsugæslunnar:
Læknisfræðileg meðferð. Sjúkrþjáfun, mögulega uppvinnsla hjá Bakskólanum. HAM námskeið við kvíða og mögulega rammamóttöku

A. TR-grunnvottorð
B. Staðfesting á viðurkenndri meðferð



Heilsufar er komið í á þann stað að sjúkdómsmiðuð meðferð er lokið - Næsta skref er að starfsendurhæfing

- C. Beiðni í Virk
- D. Staðfesting á bið.

Benda sjúkling að sækja um hjá tr.is

VIRK – STARFENDURHÆFING – ÞEGAR STÖÐULEIKA ER NÁÐ VARÐANDI HEILSUFAR

- Stefnt að þátttöku á vinnumarkaði
- Úrræði atvinnulífsins – stéttafélaga
- Sjúkdómsmiðaðri meðferð lokið-stöðuleika er náð
- Ekki í virkri neyslu – frábending
- Endurhæfingarhæfur – vilji til staðar
- Ekki fjárhagslegt úrræði
- Ung virk



- Einstaklingur getur sjálfur sótt um – **ekki er þörf á beiðni læknis.**
- Fyrir bæði einstaklinga og stjórnendur
- Stöðumat – verkfæri til sjálfshjálpar
- Einstaklingsþjónusta samhliða vinnu
- Ráðgjöf til stjórnenda

Viðmið fyrir þjónustu:

- Einstaklingur er á vinnumarkaði.
- Farið að bera á erfiðleikum í vinnu. Einstaklingur veldur starfi sínu ekki eins vel og áður og farið að draga úr afköstum og gæðum.
- Vægur til miðlungs heilsutengdur vandi eða farið að bera á auknum erfiðleikum í vinnu.
- Áhugi og vilji bæði einstaklings og vinnustaðar að nýta þjónustuna.

VIRK

- Rafræn tilvísun og eigin umsókn
 - Taka fram stéttarfélag á umsókn
- Ráðgjafi hittir, fer yfir sögu og væntingar
- Virk hefur margvísleg úrræði
 - Sjúkrabjálfun, sálfræðingar, markþjálfun
 - Viðtöl heimilislæknis/annarra
 - Námskeið

**Virk getur gert
starfshæfnismat**

 **VIRK Beiðni um þjónustu**

Einstaklingur

Kennitala
666666-6669

Netfang

Nafn
;)

Heimasími

Heimili

⚠

Vinnusími

Póstnúmer

Staður

Farsími

Stéttarfélag

⚠

Túlkur

⚠

Greiningar og skoðun

Megin greiningar

⚠

Aðrar greiningar

Sjúkrasaga og skoðun

⚠

VIRK

- Hægt að fara í Virk með aðstoð
 - Veikindaréttar
 - Sjúkradagpeningar stéttafélaga
 - Endurhæfingargreiðslur TR

Má einnig fara í Virk þegar viðkomandi er enn í vinnu



SJÚKDÓMSMIÐUÐ MEÐFERÐ OG ENDURHÆFING HEFUR EKKI SKILAÐ STARFSHÆFNI TIL AÐ VIÐKOMANDI GETI FRAMFLEYTT SÉR



- Næsta skref er örorkumat þá hjá ..

A. TR – Samþætt sérfræðimat

B. Lífeyrissjóðum

Saga Samspiki Eyðublað Væðing Kaffar

123123-1239 X 24 ára O+

Profúnarsjúklingur

Daga	Eyðublað	Undirtektar starfsmáður	Lúmpjón	Útfyllt af	Stofnað
23.09.2025	TR-V staðfesting á heilubrest	Ljón Björk Kristinsdóttir	hegga Söl Ólafsdóttir	LDRP	23.09.2025
23.09.2025	TR-V staðfesting á vöðvandrætti meðferð	Ljón Björk Kristinsdóttir	hegga Söl Ólafsdóttir	LDRP	23.09.2025
25.09.2025	TR-V umráð um örorkubætur	Ljón Björk Kristinsdóttir	hegga Söl Ólafsdóttir	LDRP	25.09.2025
13.10.2025	TR-V Vottorð um örorku	Ljón Björk Kristinsdóttir	hegga Söl Ólafsdóttir	hegga S.	13.10.2025

TR-V Vottorð um örorku

Heilugustöðin Efstasíði

Opn skráð 6 H.S.O.

+ Persónuupplýsingar

Almennt

Hversu lengi hefur þú stundað skiptatæðing

Daga, vikluðu skólin

Skiptatæðing varð óvinnur

Sjúkdómsgreiningar

Vinsamlegast skráðu þú ICD Greiningu sem eru dættuð óvinnutími umskiptakjanda

1

Heil

Staða skiptatæðings

☐ Fyrir heilufarslagi á ekki við

Fyrir heilufarslagi rug þving á heilufarslagi, sem veður óvinnutími

Einstaklingur er í samskiptum við fagaðila sem ráðleggur að sækja um örorkumat.



Vottorð um örorku gert hjá lækni



Einstaklingur fyllir út umsókn um örorku á island.is með rafrænum skilríkjum.



Almennar upplýsingar
Tekjuáætlun
Sjálfsmat

Tímalína umsóknar um örorkumat

Umsókn berst rafrænt til TR



TR metur hvort þörf sé á frekara færnimati frá endurhæfingaraðila og hvort að innsend gögn séu nægjanleg til að ákvarða mat eða hvort skoða þurfi sérstakt færnimat hjá sérfræðingum TR.



Úrvinnsla á umsókn um örorku fer fram með samþættu sérfræðimati.

Gera ætti ráð fyrir að úrvinnslutími geti verið upp undir 8 vikur



Einstaklingi synjað um örorku, endurhæfing er ekki fullreynd



Örorku-
greiðslur



Greiðslur vegna örorku tryggja einstaklingi varanlega framfærslu.



Niðurstaða úr örorkumati

Endurhæfing fullreynd

- Áður en samþætt sérfræðimat fer fram skal endurhæfing eða viðurkennd meðferð, sem miðar að aukinni færni til atvinnuþátttöku, vera **fullreynd** og ástand viðkomandi teljast **stöðugt** eða **lotubundið** til langframa.



Nýr örorkulífeyrir

- Nýr örorkulífeyrir verður samþykktur ótímabundið og hann kemur í stað örorkulífeyris, tekjutryggingar og sérstakrar framfærsluuppbótar í núgildandi kerfi.
- Er því verið að einfalda greiðsluflokkana og hætta með tímabundin mót.



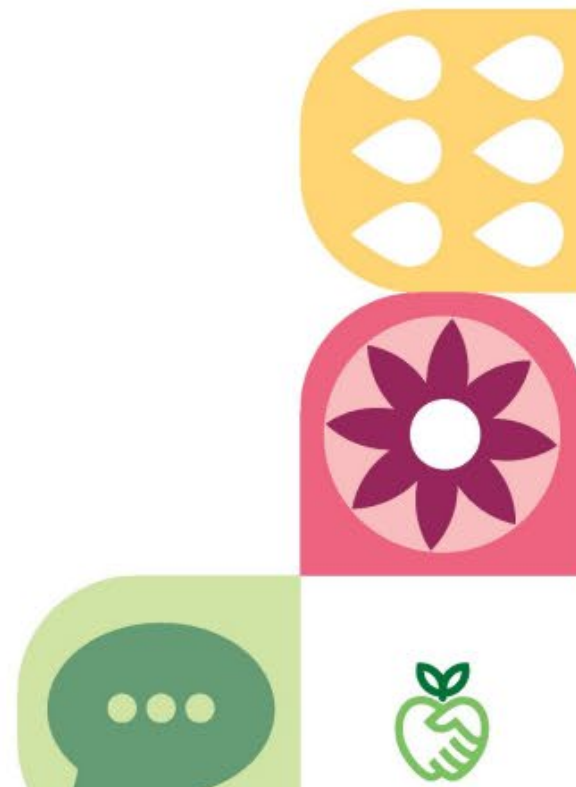
Nýr hlutaörorkulífeyrir

- Hlutaörorkulífeyrir er ætlaður þeim sem hafa getu og möguleika á að vera á vinnumarkaði og þess vegna er frítekjumark vegna atvinnutekna töluvert hærra en í tilviki örorkulífeyris.
- Með því móti er stuðningur aukinn við þau sem búa við skerta færni á vinnumarkaði og komið til móts við fjölbreyttan hóp fólks sem hefur ekki fulla getu til virkni á vinnumarkaði.
- Hlutaörorkulífeyrir er **82% af fjárhæð fulls örorkulífeyris** og verður samþykktur ótímabundið.



Takmörkuð geta til virkni á vinnumarkaði

- Geta umsækjanda til virkni á vinnumarkaði samkvæmt **sambættu sérfræðimati** skal, til **langframa** vegna **langvarandi** eða **alvarlegs** heilsubrests eða fötlunar, vera metin:
 - ❑ Örorkulífeyrir: **25% eða minni**
 - ❑ Hlutaörorkulífeyrir: **26 – 50%**



ÖRORKA LÍFEYRISSJÓÐA

- Skert starfsgeta að hluta eða fullu
- Örorkumat frá TR ekki skilyrði
- Skjólstæðingur borgar vottorðið
 - Tímamælt
 - Sækja vottorðið og fara með
- Örorka a.m.k. 40% í 3 mánuði eða lengur
- Eitt vottorð – lífeyrissjóðir vinna saman
- Tekur yfirleitt styttri tíma og ekki krafa um að endurhæfing hafi verið fullreynd.
- Hægt að fá metið 10 ár aftur í tímann

Vegna umsóknar um örorkulífeyri		Læknisvottorð Heilsugæslan Miðbæ	
Ástæða umsóknar			
☐ Vegna sjúkdóms ☐ Vegna slyss ☐ V. sjúkdóms og slyss			
Lífeyrissjóður Heiti lífeyrissjóðs			
Persónuupplýsingar			
Menntun og störf			
...			
Sjúkdómsgreiningar			
#	Heiti	Kóði	
Almenn heilsufarssaga			
Í stórum dráttum			
...			
Sjúkrasaga (núverandi sjúkdómur)			
...			

ÝMIS VOTTORÐ

- Mikilvægt
- Við úrskurðum ekki
- Votta það sem maður getur – ekki fullyrða
 - „Að sögn“
 - „Kvartar um“
 - „Lýsir einkennum“
- Ekki afhenda nein vottorð – bréf óskönnuð
 - Afrit þurfa að vera til eða í sjúkraskrá
 - Hver les vottorðin – ekki of miklar upplýsingar

VOTTORÐ TIL LÖGFRÆÐINGA

- Vottorð - Samantekt úr sjúkraskrá – sér í lagi varðandi t.d. stoðkerfi
- Lýsa í tímaröð og hvort eitthvað er óeðlilegt við sögu
- Eingöngu sjúkraskrá heilsugæslunnar, ekki LSH, heilsugátt, myndgreining eða annað
 - Má nefna stuttlega í samhengi en ekki reifa – aðrir skrifa þau vottorð
- Ekki draga ályktanir um orskatengsl, í mesta lagi geta um tímasetningar einkenna
- Svara spurningum t.d. um fyrri veikindi
 - Nota textasýn fyrir einkenni – greiningar
- Skýr réttur skjólstæðinga að fá afrit af sjúkraskrá
- Beiðni í heilsuveru er gild – rafræn skilríki

VOTTORÐ TIL LÖGFRÆÐINGA

Bréf og greinargerðir Heilsugæslan Miðbæ	
Viðtakandi	
Nafn viðtakanda Lögmennstofan Lögmenn bt Jóns Jónssonr hrl. 	
Aðsetur	
Póstnúmer 	Svæði
Persónuupplýsingar	
Innihald	
Texti	
Vottorð þetta er ritað að beiðni.....	

- Vottorð þetta er ritað að beiðni...
- Samkvæmt bréfi dags...
- Meðfylgjandi er samþykki...
- Varðandi afleiðingar af slysi dags...
- Læknabréf barst frá ... varðandi umferðarslys...
- Jón leitaði á Heilsugæsluna Miðbæ 1.1.2018 vegna afleiðinga af slysi, kvaðst hafa verið ökumaður í bíl...

SKÓLAVOTTORÐ

Læknisvottorð vegna fjarvista úr skóla Heilsugæslan Miðbæ			
Persónuupplýsingar			
Vottorð			
Það vottast hér með að viðkomandi nemandi í:			
Skóli			
Gat ekki sótt skólann:			
Frá	Til	Til dags ☐ Óvíst	Vegna ☐ Sjúkdóms ☐ Slyss
Aðrar upplýsingar			

- Heilsufarsvottorð til skóla erlendis
 - Fylla vel út
 - Skanna inn
- Skólavottorð
 - Heilsuvera – án aðkomu ritara
 - Fjarvistir í prófum – verkefnum
 - Við endurteknað fjarvistir er tilefni til að ræða við nemandann
 - Langtímavottorð – langvinn veikindi
 - Leikfímivottorð...

SPURNINGAR?



HEILSUGÆSLA
HÖFUDBORGARSVÆÐISINS