

Information om sjukskrivning

Sjukskrivning

Här hittar du allmän information om vad som gäller vid sjukskrivning. Du kan även ladda ner blanketten "Inför sjukskrivning - självskattning" som ska fyllas i och tas med till läkarbesöket.

Information till dig som blivit, eller kommer bli sjukskriven. Mer information finns på www.forsakringskassan.se

Observera att det här dokumentet enbart ska ses som en extra hjälp till patienten. Försäkringskassans regler kan ändras utan att denna sida har hunnit uppdateras.

När kan man bli sjukskriven?

Vid sjukdom/skada som medför att du inte kan utföra dina arbetsuppgifter har läkare möjlighet att sjukskriva dig, på heltid eller deltid. Det går i många fall bra att arbeta trots sjukdom eller skada.

När kan man inte bli sjukskriven?

Det är inte möjligt att bli sjukskriven för sådant som tillhör livets naturliga prövningar, t ex svårighet att få ihop livspusslet eller relationsproblem osv.

Vad behöver läkaren veta?

För att kunna skriva ett sjukintyg behövs information om aktuell sjukdom/skada och hur den begränsar dig. Detta innebär att du kommer behöva förklara vad det är som gör att du inte klarar av dina arbetsuppgifter.

Vem beslutar om rätt till sjukpenning?

Om läkare bedömer att du på grund av sjukdom/skada inte kan utföra arbete kan hen utfärda ett sjukintyg. Sjukintyget skickas därefter till Försäkringskassan som beslutar om du har rätt till sjukpenning.

Sjukskrivning för dig som arbetssökande?

För aktuell information läs mer om Försäkringskassans regler [här](#)
Deltar du i ett program hos Arbetsförmedlingen, mer information [här](#)

När behöver jag ett sjukintyg?

Du har full rätt att sjukskriva dig själv under de första 7 dagarna. Från dag 8 behöver din arbetsgivare däremot ett sjukintyg som du ska lämna in. Arbetsgivaren betalar din sjukpenning under de första 14 dagarna. Därefter övergår ansvaret till Försäkringskassan.

Vad är syftet med sjukskrivningen?

En sjukskrivning är en aktiv del av din behandling och ska tillsammans med andra rehabiliterande åtgärder bidra till att du återfår din arbetsförmåga.

Vad finns det för risker med att vara sjukskriven?

Ju längre sjukskrivningsperiod desto svårare kan det vara att återgå till arbete. Därför är det alltid viktigt att undvika längre sjukfrånvaro än nödvändigt. Det är bra om en sjukskrivning kan begränsas till deltid eftersom det minskar risken att bli långtidssjukskriven på heltid.

Vad förväntas av dig under sjukskrivningen?

Det är viktigt att du själv är med och tar ansvar för ditt tillfrisknande. Du kan komma att få uppgifter som du förväntas följa. Det kan t ex röra sig om behandling med en specifik medicin eller kontakt med sjukgymnast. Du kan också få egenvårdsråd som regelbunden fysisk aktivitet eller att upprätthålla sömn- och kostvanor. Regelbunden kontakt med arbetsplatsen eller arbetsgivaren kan också vara värdefullt. För många sjukdomar innebär inaktivitet att läkning förhindras eller försenas. Att vara aktiv i lagom mån är däremot ofta bra för måendet och tillfrisknandet.

Vad är en rehabiliteringsplan?

I samband med sjukskrivning som förväntas bli långvarig kan man upprätta en rehabiliteringsplan. Målet är att gynna ditt tillfrisknande och därmed återgång i arbete. Planen upprättas tillsammans med läkare och innehåller information om vad du behöver för att må bättre. Risken om du inte följer rekommendationerna i planen är att du inte tillfrisknar. Därtill ökar risken för att Försäkringskassan inte beviljar fortsatt sjukpenning.

Hur får jag tag på mitt sjukintyg?

Vanligen skickas ditt sjukintyg elektroniskt direkt till Försäkringskassan. Du är däremot tvungen att själv lämna en kopia till arbetsgivaren. Om du inte fick en skriftlig kopia vid läkarbesöket kan du ladda ner intyget från Försäkringskassans hemsida eller via 1177 Vårdguiden E-tjänster. Vid problem kan du ta kontakt med Erikslunds hälsocentral, telefon 0921-661 85.

Vad händer om jag inte kan börja jobba?

Om det fortfarande finns begränsning i arbetsförmåga då din sjukskrivning löper ut kan det bli aktuellt med förlängning. Detta måste en läkare ta ställning till och i de allra flesta fall krävs ett läkarbesök. Om du inte redan fått tid för återbesök behöver du själv ringa och boka en tid. Det allra bästa är att träffa samma läkare som påbörjade sjukskrivningen. För att detta ska vara möjligt måste du ringa minst 2 veckor i förväg.

Vad händer om Försäkringskassan inte beviljar sjukpenning trots sjukintyget?

Om Försäkringskassan anser att information saknas i sjukintyget ber de om en komplettering. Detta sker automatiskt till aktuell läkare. När Försäkringskassan fått den information de anser sig behöva för att kunna göra en bedömning tas beslut om din rätt till sjukpenning. Försäkringskassan kan trots att din läkare bedömt att du inte kan arbeta, avslå rätten till sjukpenning.

Viktigt att tänka på: För många sjukdomar innebär inaktivitet att läkning förhindras eller försenas. Att vara aktiv i lagom mån är däremot ofta bra för måendet och tillfrisknandet.

Vilka tidsramar gäller vid sjukskrivning? Försäkringskassans "Rehabiliteringskedja"

I samband med en sjukskrivning inträffar vissa tidsramar i Försäkringskassans bedömningsförfarande:

- **Mellan dag 1-90** som du är sjukskriven kan Försäkringskassan betala ut sjukpenning om du inte kan utföra ditt vanliga arbete eller ett annat tillfälligt arbete hos sin arbetsgivare.
- **Mellan dag 91-180** kan Försäkringskassan betala sjukpenning endast om du inte kan utföra något arbete alls hos sin arbetsgivare.
- **Mellan dag 181-365** kan du endast få sjukpenning om du inte kan utföra annat arbete som är normalt förekommande på hela arbetsmarknaden. Men detta gäller inte om Försäkringskassan bedömer att du med stor sannolikhet kommer att kunna gå tillbaka till ett arbete hos din arbetsgivare före dag 366.
- **Efter dag 365** kan du bara få sjukpenning om du inte alls kan utföra sådant arbete som är normalt förekommande på hela arbetsmarknaden.