

Als werken (door je verslaafde kind) in de knel komt...



Deel het met je bedrijfsarts!

Een verslaafd kind hebben geeft stress. Werk kan dan fijn zijn. Je hoeft even niet aan je sores te denken en het geeft structuur aan je leven. Maar soms loopt de spanning hoog op en valt ook het werken je zwaar. Eigenlijk zou je je problemen op je werk willen delen. Maar je durft niet, bang dat je baas denkt: 'Het zal wel jouw schuld zijn. Slechte ouder, slechte werknemer.' Zo kom je steeds meer onder druk te staan en lijkt ziekmelden de enige optie...

Maar ziekmelden is geen echte optie. Ondanks een tijdelijke rustperiode riskeer je verlies van je baan. En dat is jammer, want werk is belangrijk: je bent economisch zelfstandig, verkeert in een sociaal netwerk én je hebt structuur in je leven. Door werken zit je gewoon beter in je vel. Niet gek dat mensen met

***Hoe moeilijk het ook is: wees open!
Bespreek de punten die je wilt
aankaarten!***

psychische klachten werk héél belangrijk blijken te vinden! Datzelfde geldt ook voor verwanten¹.

¹Panel 'Psychisch gezien over sociale participatie (www.psychischgezien.nl)

Wees open

Je moet je dus sterk maken om je werk te behouden. Maar hoe? In elk geval niet door te zwijgen over je privésituatie. Hoe moeilijk het ook is: wees open! Bespreek de punten die je wilt aankaarten!

Bij wie kun je terecht?

Er zijn verschillende personen op je werk met wie je je problemen kunt delen: een leidinggevende, een naaste collega, een vertrouwenspersoon, je bedrijfsarts. Uiteraard hoef je niet met iedereen te praten en hoef je niet alles te zeggen: je bepaalt zelf wat je kwijt wilt en aan wie. Misschien zijn er aanpassingen mogelijk in je werkschema. Of is er meer begrip wanneer je plotseling eerder naar huis moet. De LSOVD - één van de partners in dit project - heeft ervaringsdeskundigen die je hierover kunt raadplegen: www.lsovd.nl.



De bedrijfsarts

In deze brochure gaan we nader in op de (rol van de) bedrijfsarts. Hij of zij is heel belangrijk bij het behoud van je werk. Hij kent de bedrijfscultuur en weet hoe je een en ander kunt aanpakken. Hoe kom je in contact met je bedrijfsarts? Niet alleen als je ziek hebt gemeld. Je mag **altijd** een gesprek aanvragen met je bedrijfsarts, **óók** als je nog gewoon werkt! In grotere bedrijven heeft de bedrijfsarts op regelmatige tijden een 'inloospreekuur'.

Privacy

De bedrijfsarts moet zich houden aan het medisch beroepsgeheim. Alleen met jouw toestemming mag hij je werkgever

informerend over je klachten en mag hij de verslaving van je kind in je personeelsdossier zetten. Die - mondelinge of

'Zijn mijn psychische klachten wel veilig bij mijn bedrijfsarts? Hoe weet ik of mijn privé-informatie niet wordt doorgebiefd aan mijn werkgever?'

schriftelijke - toestemming moet weer wél in je dossier staan. Ook wat de bedrijfsarts wil bespreken met de werkgever en waarom, moet door jou goedgekeurd zijn. Kortom, er is

een vertrouwensrelatie tussen jou en de bedrijfsarts. Meer informatie over privacy en waar de bedrijfsarts zich aan moet houden, vind je in de brochure 'Privacy', geschreven door Oval en de NVAB (www.oval.nl/nieuwscentrum/themadossiers/privacy).

Hoe verloopt het gesprek met de bedrijfsarts?

Dat hangt af van hoe je bij de bedrijfsarts bent binnengekomen: na ziekmelding of op eigen initiatief. Heb je je ziek gemeld, dan zal de bedrijfsarts aan de hand van je arbeidsgeschiktheid naar werkhervatting toe werken.

Belangrijk: wees open tijdens het gesprek! Zo voorkom je dat je op grond van te weinig informatie te vroeg aan het werk gaat. Heb je zelf een gesprek aangevraagd, dan helpt openheid je om via de bedrijfsarts de juiste ondersteuning te krijgen op je werk, of te worden doorverwezen naar een specialist.

De rol van de bedrijfsarts bij re-integratie

Heb je je ziek gemeld, dan kijkt de bedrijfsarts naar wat je nodig hebt om weer aan het werk te gaan. Bijvoorbeeld welke aanpassingen je werkgever aan je werkplek moet doen, of specialistische hulp. De bedrijfsarts is bevoegd om je naar zo'n specialist - zoals een psycholoog - door te verwijzen. Los daarvan zal hij jouw werkgever alleen over je klachten informeren met jouw toestemming. Zonder jouw toestemming komen

uitsluitend de consequenties voor het werk ter sprake. En die zijn weer afhankelijk van het soort werk dat je doet.

'Mijn baas wilde dat de bedrijfsarts een negatief rapport over me zou schrijven, zodat ik kon worden ontslagen. Gelukkig weigerde mijn bedrijfsarts dat. Inmiddels gaat het weer een stuk beter met me!'

Vrijwillig consult bij de bedrijfsarts

Merk je dat je problemen thuis invloed hebben op je werksituatie, maar vind je het moeilijk om er open over te zijn op je werk? Heb je vragen over je privé- en werksituatie? Als werknemer heb je recht op een **vrijwillig en vertrouwelijk** gesprek bij je bedrijfsarts. De bedrijfsarts kent het bedrijf en de cultuur en kan je gericht adviseren. Behandelen of helpen kan hij niet, wel doorverwijzen en meedenken. Over de werkwijze van de bedrijfsarts kun je altijd nadere vragen stellen. Tip: schrijf deze vragen van tevoren op, zodat je geen gesprekspunten vergeet. Vind je het lastig om een gesprek met de bedrijfsarts aan te gaan? Neem gerust iemand mee.



Vragen, klachten...

'Het contact met mijn bedrijfsarts loopt niet lekker'

Vind je dat het contact met de bedrijfsarts niet lekker loopt, of heb je geen vertrouwen in hem of haar? Dan moet de arbodienst je een andere bedrijfsarts aanbieden. Meer informatie over de rechten en de plichten van de arbodienst vind je op www.oval.nl/services/klachten.

'Wat kan ik zelf doen om aan het werk te blijven?'

Blijf niet eenzaam met je problemen rondlopen, deel ze met anderen! De Landelijke Stichting Ouders en Verwanten van Drugsverslaafden (LSOVD) is een lotgenotenorganisatie die je vanuit ervaringsdeskundigheid gericht kan ondersteunen (www.lsovd.nl).

...en tips

- Ziekmelden is geen optie.
- Wees open over je privésituatie.
- Je mag altijd zelf een gesprek aanvragen bij je bedrijfsarts.
- In het BIG-register kun je nazoeken of je arts ook echt bedrijfsarts is (www.bigregister.nl)
- De brochure 'Privacy' van Oval en de NVAB gaat uitgebreid in op het onderwerp 'bedrijfsarts en privacy' (www.oval.nl/nieuwscentrum/themadossiers/privacy).
- Niet alle ziektekostenverzekeraars vergoeden verwijzing door de bedrijfsarts. Check vooraf hoe dit bij jouw verzekering zit.
- In personeelsdossiers mogen geen medische gegevens voorkomen.

Oók handig om te weten:

Arboarts of bedrijfsarts?

'Bedrijfsarts' een beschermd beroep. Een arts mag zich alleen zo noemen als hij zich gespecialiseerd heeft in bedrijfsgeneeskunde. In het BIG-register (www.bigregister.nl) kun je dat nazoeken.

Soms krijg je te maken met een arboarts. **Wat is het verschil tussen een arboarts en een bedrijfsarts?**

Arboartsen zijn artsen die bij de arbodienst werken, maar niet de specialisatie bedrijfsgeneeskunde gevolgd hebben. Ze werken onder toezicht van een geregistreerde bedrijfsarts.

De rol van de huisarts

Mogelijk heb je je problemen - inclusief de verslaving van je kind - al voorgelegd aan je huisarts, of wil je dat doen. Dat voelt misschien veiliger: je huisarts heeft immers geen contact met je werk en kan je toch adviseren. Er is echter een verschil. Je huisarts is er voor je gezondheid, de bedrijfsarts bemoeit zich alleen met je arbeidsgeschiktheid. Toch kunnen beide artsen samen veel voor je betekenen. Vooral als ze met elkaar overleggen. Maar dat kan alleen als jij het goed vindt. Steeds meer huis- en bedrijfsartsen werken hieraan mee.

Colofon

Deze brochure is mogelijk gemaakt door Open voor Werk, een landelijk samenwerkingsproject van het Landelijk Platform GGz, LSZ, NVA, LFOS, Depressie Vereniging, Impuls, LOC Zeggenschap in zorg, LSOVD en de Werkplaats Maatschappelijke Opvang. Zie ook: www.platformggz.nl/openvoorwerk.

Tekst: Margriet Paalvast, LPGGz

Redactie en opmaak: Rogier de Jong Tekstproducties, Zwolle