

Работа во время и после лечения

когда у вас диагностирован рак



*Отсканируй
те, чтобы
получить
цифровую
копию этого
материала.*

Могу ли я продолжать работать во время лечения и после него?

Во время лечения трудно выполнять некоторые виды работ. Если ваша работа требует больших умственных способностей или физической силы, вы, возможно, не сможете работать на том уровне, к которому привыкли. Возможно, вам с этим будет трудно смириться.

На вопрос о том, что делать с работой “правильного ответа” не существует. Это должно быть ваше личное решение, основанное на ваших потребностях, способностях и предпочтениях.

- Возможно, во время лечения вы захотите работать либо полный рабочий день, либо неполный рабочий день или предпочтёте вообще не работать.
- Некоторые работодатели могут перевести вас на другую работу, до тех пор, пока вы не почувствуете себя лучше.
- После окончания лечения вы можете попросить разрешения вернуться к работе на неполный рабочий день, пока не восстановите свои силы.
- Если вам нужно будет сменить профессию, потребуется определённое время, чтобы решить, чем вам заниматься дальше.
- Если вы почувствуете, что не можете вернуться к работе, ознакомьтесь с памяткой под названием “Социальное обеспечение по инвалидности”.



Задайте себе эти вопросы; они помогут вам решить, как вам следует поступить в отношении продолжения работы во время и после лечения.

Вопросы, которые следует задать себе

Размышляя о том, как поступить в отношении работы, задавайте себе следующие вопросы:

- Нравится ли мне моя работа? Поможет ли она мне сосредоточиться на чем-то другом, помимо моего здоровья?
- Изменились ли мои карьерные устремления?
- Что рекомендует моя медицинская команда?
- Могу ли я выполнять все свои рабочие обязанности во время лечения?

- Чего мне следует ожидать в отношении своих способностей после лечения? С какими побочными эффектами я буду иметь дело?
- Сколько времени я могу находиться в отпуске по болезни?
- Имею ли я право на получение отпуска по Закону об отпуске по медицинским и семейным обстоятельствам, если мне понадобится взять отгул?
- Предлагает ли мой работодатель краткосрочное страхование по нетрудоспособности?
- Имею ли я право на долгосрочное социальное страхование на случай потери трудоспособности (SSDI, Social Security Disability Insurance)? Если да, есть ли у меня сбережения, чтобы поддержать себя, пока я буду ждать решения после подачи заявления?
- Если я приму решение на некоторое время оставить работу, как это повлияет на меня и других людей?
- Если я приму решение не возвращаться на работу, что произойдет с моей медицинской страховкой?

Краткосрочная нетрудоспособность, спонсируемая работодателем

Некоторые компании предлагают своим работникам страховое покрытие по нетрудоспособности через частную страховую компанию. Это покрытие может включать как краткосрочные (6 месяцев или менее), так и долгосрочные пособия по нетрудоспособности.

Это пособие может предоставляться всем сотрудникам или только тем, кто решит оплачивать его самостоятельно. Обсудите имеющиеся у вас варианты с отделом страхования и выплат пособий на своей работе.

Большинство частных программ страхования по инвалидности требуют, чтобы вы подали заявление на социальное страхование по инвалидности по истечении 6 месяцев. Если вы получите одобрение, ваши частные долгосрочные пособия по инвалидности могут быть уменьшены на ту сумму, которую вы будете получать в рамках SSDI или других программ по инвалидности.

Трудовое законодательство

- **Закон об американцах с ограниченными возможностями (ADA):** ADA – это федеральный закон. Он защищает работников с ограниченными возможностями здоровья (например, с опухолью головного мозга) от дискриминации при условии, что работник может выполнять свою работу при условии обеспечения необходимых изменений и приспособлений. Они могут включать изменение рабочего графика или установку поручней или пандусов на рабочем месте. Закон ADA применяется в отношении работодателей, имеющих 15 и более сотрудников. Чтобы узнать больше, посетите www.ada.gov.

- **Закон об отпуске по медицинским и семейным обстоятельствам (FMLA):** Если вы соответствуете требованиям, то согласно закону FMLA вам разрешается взять неоплачиваемый отпуск продолжительностью до 12 рабочих недель в течение 12-месячного периода по семейным или медицинским причинам. FMLA покрывает расходы на уход за супругом (супругой), родителем или несовершеннолетним ребенком с серьезным заболеванием или на личный отпуск по болезни. Этот закон применяется только в том случае, если:
 - В радиусе 75 миль работодатель имеет 50 или более сотрудников.
 - Работник проработал не менее 1250 часов в течение прошедшего года.

Если у вас есть вопросы, касающиеся этих и других льгот, таких как страховка, предоставляемая вашим работодателем, обратитесь к своему начальнику или в отдел кадров. Чтобы узнать больше, посетите сайт www.dol.gov/whd/fmla.

- **COBRA:** Люди, которые вынуждены прекратить работу в связи с инвалидностью, например, вследствие ракового заболевания, могут сохранить свои текущие льготы по групповому медицинскому страхованию в течение 18 месяцев. В некоторых случаях это покрытие может быть продлено. Этот федеральный закон распространяется на тех лиц, которые работают на работодателя, имеющего 20 или более сотрудников. Вы несете ответственность за полную стоимость ежемесячной премии плюс за небольшое увеличение (около 2%) административных расходов. Чтобы узнать больше, посетите сайт www.dol.gov/ebsa/faqs/faq-consumer-cobra.html

Ресурсы

- **«Рак и карьера»:** Эта организация расширяет возможности и обучает людей, больных раком, предоставляя консультации экспертов, интерактивные инструменты и образовательные мероприятия. Посетите: www.cancerandcareers.org/en
- **Реабилитационное (профессиональное) консультирование Медцентра UWMC:** Консультанты по реабилитации помогут вам адаптироваться к изменениям, вызванным вашим диагнозом. Они помогут вам спланировать возвращение на работу, учебу и участие в других видах деятельности. Пожалуйста, обсудите этот вопрос с вашим лечащим врачом, чтобы получить направление.

Есть вопросы?

Ваши вопросы очень важны. Попросите своего лечащего врача или поставщика медицинских услуг соединить вас с социальным работником, который сможет помочь ответить на ваши вопросы или опасения.

Имя/фамилия и номер телефона вашего лечащего врача или социального работника:

Working During and After Treatment

When you have a cancer diagnosis



Scan for a digital copy of this handout.

Can I keep working during and after my treatment?

Some jobs are hard to maintain during treatment. If your job requires a lot of mental skill or physical strength, you may not be able to work at the level you are used to. This can be hard to accept.

There is no “right answer” about what to do about work. It is a personal decision, based on your needs, abilities, and preferences.

- You may want to work full-time, part-time, or not at all during your treatment.
- Some employers can arrange for you to take on another role until you are feeling better.
- You might ask to go back to work part-time after your treatment is over, until you regain your strength.
- If you need to change your career, it will take time to decide what you want to do next.
- If you feel you cannot go back to work, see the handout “Social Security Disability.”

Questions to Ask Yourself

As you think about what to do about work, ask yourself:

- Do I enjoy my work? Would it help me to focus on something else besides my health?
- Have my career desires changed?
- What does my healthcare team suggest?
- Can I do all my work duties while I am in treatment?
- What can I expect about my abilities after treatment? What side effects will I be dealing with?
- How much sick leave do I have?
- Am I eligible for the Family Medical Leave Act, if I need to take time off?
- Does my employer offer short-term disability?
- Will I qualify for long-term Social Security Disability Insurance (SSDI)? If so, do I have savings to support me while I apply and wait for their decision?
- If I decide to stop work for a while, how will this affect me and others?



Ask yourself these questions to help you decide what to do about working during and after treatment.

Employer-sponsored Short-term Disability

Some companies offer their workers disability coverage through a private insurance company. This coverage may include both short-term (6 months or less) and long-term disability benefits.

This benefit may be offered to all employees, or only to those who choose to pay for it. Talk with your benefits department about your options.

Most private disability insurance programs require you to file for Social Security Disability Insurance after 6 months. If you are approved, your private long-term disability benefits may be reduced by the amount you receive from SSDI or other disability programs.

Employment Laws

- **Americans with Disabilities Act (ADA):** The ADA is a federal law. It protects workers with a disability (such as a brain tumor) against discrimination, as long as a worker can do their job with reasonable adjustments. Adjustments might include modifying a work schedule or adding hand rails or ramps to the workplace. The ADA applies to employers with 15 or more employees. To learn more, visit www.ada.gov
- **Family and Medical Leave Act (FMLA):** If you qualify, FMLA allows you to take up to 12 work weeks of unpaid, job- and benefit-protected leave in a 12-month period for specified family and medical reasons. FMLA covers time to care for a spouse, parent, or minor child with a serious health condition, or to take personal medical leave. This law only applies when:
 - An employer has 50 or more people employed within 75 miles.
 - A worker has worked for at least 1,250 hours during the past year.

If you have questions about these and other benefits, such as Employer Sponsored Insurance provided by your employer, talk with your boss or human resources department. To learn more, visit www.dol.gov/whd/fmla

- **COBRA:** People who must stop working because of a disability like cancer may keep their current group health insurance benefits for 18 months. This coverage may be extended in some cases. This federal law applies to people who work for an employer with 20 or more employees. You are responsible for the full cost of the monthly premium, plus a small increase (about 2%) for administrative costs. To learn more, visit www.dol.gov/ebsa

Resources

- **Cancer and Careers:** This organization empowers and educates people with cancer by providing expert advice, an interactive tool, and educational events. Visit: www.cancerandcareers.org
- **UWMC Rehab (Vocational) Counseling:** Rehab counselors help you adapt to changes caused by your diagnosis. They can help you plan your return to work, school, and other activities. Please discuss this with your provider for a referral.

Questions?

Your questions are important. Call your doctor or healthcare provider if you have questions or concerns.