

## MITEN KOHDATA SISÄILMASTA SAIRASTUNUT?

Alle on koottu tekijöitä, jotka kannattaa ottaa huomioon sisäilmasta oireilevan tai sairastuneen työkykyä edistettäessä.

1

### Mikä on henkilön todellinen työkyky?

Onko henkilö työkykyinen, osatyökykyinen vai työkyvytön? Tämän tunnistaminen on tärkeää, jotta voidaan hakea toimivia ratkaisuja henkilön tosiasiallisen tilanteen mukaisesti.

Kun virallinen työkyvyttömyyden määritelmä ei yleensä ulotu sisäilmasta oireileviin ja sairastuneisiin, on todellisesta työkyvyn tilasta saavutettava ymmärrys keskustelemalla sairastuneen kanssa. Sairastunut tarvitsee omaan tilanteeseensa sopivaa apua, olipa virallinen diagnoosi tai työkyvyttömyyden status mikä tahansa.

2

### Millaisia rajoitteita sairastuminen aiheuttaa?

Millaisia rajoitteita sairastuminen aiheuttaa esimerkiksi työtilojen, työtehtävien, materiaalien ja laitteiden valintaan?

Tuki tulee kohdistaa sellaisiin työtehtäviin, jotka näiden asioiden kartoituksen pohjalta vaikuttavat mahdollisilta.

On tärkeää yrittää edistää mahdollisuutta kokeilla työpaikkoja, tiloja ja työjärjestelyjä tuetusti ja sairastuneen terveydentilaa kuunnellen.

3

### Mitä rajoitteista seuraa?

Estävätkö rajoitteet työskentelemistä oman alan työtehtävissä? Voiko uudelleen koulutus edistää työtilannetta?

Tulee huomioida, etteivät sisäilmasairastuneet ole yhtenäinen ryhmä ja rajoitteet ovat yksilöllisiä.

4

### Kuinka tuore sairastuminen on?

On tyypillistä, että elimistö on herkimmillään juuri vakavan sairastumisen jälkeen. Ajan kuluessa tapahtuu monesti toipumista ja rajoitteiden määrä voi vähentyä. Vastasairastunut saa itsekin usein ajan kanssa selvyyttä siihen, millaiset tekijät oireita aiheuttavat ja mitkä eivät. Sairastumisen alkuvaiheessa on erityisen tärkeää välttää lisäaltistumista, jotta toipuminen mahdollistuu.

5

### Mitä muita haasteita sairastuneella on?

Mitä muita sisäilmaan liittyviä haasteita sairastuneella on elämässään? Tarvitaanko kokonaisvaltaisempaa tukea ja apua? Onko henkilö esimerkiksi samanaikaisesti muuttokierteessä sisäilmaongelmien vuoksi? Miten sairastuminen on vaikuttanut voimavaroihin?

Sairastunut tulee tarvittaessa pyrkiä ohjaamaan haasteisiin soveltuvan avun ääreen, jos sellaista on saatavilla. Tilanteen hoitaminen kokonaisvaltaisesti vapauttaa pitkällä tähtäimellä resursseja työkyvyn ylläpitoon.