



# MS-tautia sairastavan sopeutumisvalmennus- ja kuntoutuskurssit

**Kela järjestää sopeutumisvalmennus- ja kuntoutuskursseja MS-tautia sairastaville. Kuntoutus on moniammatillista ja ryhmämuotoista.**

Suurin osa kurssien toiminnasta tapahtuu ryhmissä ja kurssin ohjelma määräytyy osallistujien yksilöllisten ja yhteisten tavoitteiden mukaan. Kurssiohjelmaa täydennetään tarpeen mukaan yksilöohjauksella.

## Kuntoutuskurssi MS-tautia sairastavalle

Voit hakea kuntoutuskurssille, jos

- sinulla on diagnosoitu MS-tauti
- sinulla on riittävästi itsenäistä toimintakykyä, jotta pystyt liikkumaan palveluntuottajan tiloissa ilman jatkuvaa avustamista ja osallistumaan ryhmämuotoiseen kuntoutukseen.

Kuntoutusta järjestetään erikseen työelämässä oleville sekä työelämästä poissa oleville.

### MS-kuntoutuskurssilta saat

- voimavaroja kuntoutumisessa tarvittavaan aktiiviseen työskentelyyn
- ratkaisukeinoja sairauden aiheuttamiin haasteisiin
- mahdollisuuden oppia uusia elämäntapoja ja -taitoja
- tukea omakuntoutukseen ja kokonaisvaltaisen hyvinvoinnin lisäämiseen
- vertaistukea.

Kurssi toteutetaan 10 kuukauden aikana. Kurssi kestää yhteensä 10 vuorokautta, ja se järjestetään 2 jaksossa. Voit yöpyä kuntoutuspaikassa tai käydä kuntoutuksessa päivittäin kotoa käsin. Aikuinen läheinen voi osallistua kuntoutukseen kanssasi päätösjakson lopussa 3 vuorokauden ajan.

## Sopeutumisvalmennus MS-tautia sairastavalle

Voit hakea sopeutumisvalmennukseen, jos

- sinulla on diagnosoitu MS-tauti
- sinulla on riittävästi itsenäistä toimintakykyä, jotta pystyt liikkumaan palveluntuottajan tiloissa ilman jatkuvaa avustamista ja osallistumaan ryhmämuotoiseen kuntoutukseen
- terveydenhuollossa on arvioitu, että tarvitset tilanteessasi sopeutumisvalmennusta.

### MS-sopeutumisvalmennuksesta saat

- tukea sairauden aiheuttamassa muutostilanteessa
- neuvontaa ja ohjausta sekä keinoja jatkaa mahdollisimman täysipainoista elämää sairaudesta huolimatta
- vahvistusta voimavaroihisi ja elämänhallintaasi, jotta pystyt toimimaan mahdollisimman itsenäisesti ja aktiivisesti omassa arjessasi.

Sopeutumisvalmennus kestää 5 vuorokautta. Voit yöpyä kuntoutuspaikassa tai käydä kuntoutuksessa päivittäin kotoa käsin. Aikuinen läheinen voi osallistua kuntoutukseen kanssasi kurssin lopussa 2 vuorokauden ajan.

---

## Kuntoutuksen hakeminen

Kursseja järjestetään harkinnanvaraisena ja vaativana lääkinällisenä kuntoutuksena.

Kuntoutuksen hakemista varten tarvitset lääkärin B-lausunnon, jossa sinulle suositellaan kuntoutusta ja jonka laatimisesta on kulunut korkeintaan vuosi. Myös muu vastaavat tiedot sisältävä asiakirja käy. Täytä hakemuslomake (KU 132 tai KU 104). Lähetä hakemus ja lääkärinlausunto OmaKelassa. Kuntoutushakemuksen saat verkosta osoitteesta [kela.fi/lomakkeet](https://kela.fi/lomakkeet).

Kuntoutus on maksutonta ja sille voi hakea ympäri vuoden. Sinulla voi olla kuntoutuksesi ajalta oikeus kuntoutusrahaan. Kela korvaa myös kuntouksesta aiheutuneita matkakustannuksia.

Lisätietoja kursseista ja niille hakemisesta: [kela.fi/kuntoutuskurssit](https://kela.fi/kuntoutuskurssit).