

## **RZUCAMY ŚWIATŁO NA POWIKŁANIA PO KORONAWIRUSIE: Informacje dla pracodawców**

### **WPROWADZENIE**

Powikłania po chorobie COVID-19 (lub stan utrzymujący się po infekcji koronawirusem) może mieć dramatyczny wpływ na codzienne życie osoby, która ją przeżyła, w tym na jej życie zawodowe. Pracodawcy, którzy pozyskają wiedzę o możliwości wystąpienia takich zjawisk będą w stanie skuteczniej wspomagać takich pracowników, zwiększając ich satysfakcję z pracy i produktywność, a także działając na rzecz utrzymania ich w firmie.

### **1. Czym są powikłania po chorobie COVID-19?**

U niektórych osób mogą wystąpić nowe, powracające lub utrzymujące się objawy po zarażeniu się wirusem powodującym COVID-19 – [czasami](#) tygodnie, miesiące lub lata [po](#) przebyciu choroby. Objawy te określane są jako powikłania po chorobie COVID-19 (ang. „Long Covid”). Z powikłaniami tego rodzaju powiązано ponad [200 objawów](#) obejmujących wiele układów organizmu człowieka, w tym objawy związane ze zdrowiem psychicznym. Niektóre z [najczęściej](#) zgłaszanych [objawów](#) to:

- Znaczne zmęczenie lub znużenie, wpływające na codzienne funkcjonowanie
- Nasilenie objawów po wysiłku fizycznym lub psychicznym („złe samopoczucie po wysiłku”)
- Trudności z myśleniem lub koncentracją (czasami określane jako „mgła mózgowa”)
- Problemy związane z układem oddechowym, w tym trudności z oddychaniem, duszności, kaszel lub ból w klatce piersiowej
- Bóle głowy
- Problemy ze snem
- Problemy z trawieniem
- Depresja lub stany lękowe

### **2. Jak można zapobiegać powikłaniom po chorobie COVID-19?**

Najlepszym sposobem [zapobiegania](#) takim powikłaniom jest unikanie poważnych konsekwencji zdrowotnych, które mogą wynikać z przebycia choroby COVID-19 lub ponownego zakażenia. Pracodawcy mogą w tym pomóc; na przykład mogą [zachęcać](#) pracowników do tego, żeby [na bieżąco](#) przyjmowali szczepienia przeciwko COVID-19. [Pracodawcy](#) mogą również utrzymywać lub poprawiać jakość powietrza, tak aby spełnione były przyjęte standardy porównawcze i zapewnić maski tym pracownikom, którzy wolą je nosić, co może [pomóc](#) w zmniejszeniu stopnia [narażenia](#) na zakażenie wirusem (oraz zmniejszeniu prawdopodobieństwa innych, sezonowych infekcji dróg oddechowych). Wreszcie, jedną z najważniejszych rzeczy, które może zrobić pracodawca jest poinformowanie pracowników o fakcie, że znaczny odsetek osób z COVID-19 może doświadczyć objawów powikłań po przebytej chorobie, co omówiono poniżej, a podjęcie środków w celu ochrony przed COVID-19 może pomóc uniknąć potencjalnie zmieniających życie skutków powikłań.

### 3. Jak leczy się powikłania po przebytej chorobie COVID-19?

Leczenie powikłań koncentruje się na leczeniu objawów. Ponieważ objawy mogą być rozległe i obejmować różne układy organizmu, leczenie wymaga wielodyscyplinarnego i [spersonalizowanego](#) podejścia. Pracodawcy powinni mieć świadomość, że pracownicy, którzy wracają do pracy z objawami powikłań po chorobie COVID-19, mogą [nadal](#) być poddawani leczeniu.

### 4. Ile osób dotkniętych jest powikłaniami po przebytej chorobie COVID-19?

Określenie liczby osób, które mogą cierpieć na powikłania po COVID-19 jest trudne, biorąc pod uwagę szeroki zakres i subiektywny charakter objawów, które często są lekceważone lub przypisywane innym schorzeniom. Niemniej według badania [National Health Interview Survey](#) przeprowadzonego w 2022 r. 6,9% dorosłych doświadczyło wcześniej powikłań po chorobie COVID-19, a 3,4% miało powikłania w czasie badania. Ogólnokrajowe badanie [Household Pulse Survey](#) z maja 2024 r. wykazało że 30,6% dorosłych, którzy kiedykolwiek mieli COVID-19 (18,1% wszystkich dorosłych) [doświadczyło](#) w pewnym czasie długotrwałych objawów, a 10,1% (6% wszystkich dorosłych) [deklarowało](#) objawy występujące czasie badania. Oznacza to, że od [9 mln](#) do [15.4 mln](#) dorosłych może obecnie żyć z objawami powikłań po przebytej chorobie COVID-19. Podobnie, badanie NYSIF wykazało, że u około 31% osób zgłaszających przebycie COVID-19 wystąpiły objawy powikłań, a 18% z tych osób – 5% osób zgłaszających przebycie COVID-19 – mówiło o niezdolności powrotu do pracy przez ponad rok.

### 5. Jak powikłania po przebytej chorobie COVID-19 wpływają na codzienne życie?

Według wspomnianego powyżej badania [Household Pulse Survey](#) z maja 2024 r. 80,4% dorosłych, którzy obecnie cierpią na powikłania, zgłasza pewne [ograniczenia](#) związane z codziennymi czynnościami, a 25,4% skarży się na znaczne ograniczenia. Ograniczenia te zazwyczaj wynikają z objawów powikłań takich jak tzw. [mgła mózgowa](#), która może wpływać na zdolność koncentracji danej osoby lub [złe samopoczucie po wysiłku](#), które według niektórych opisów powoduje [pogorszenie](#) innych objawów w czasie od kilku godzin do kilku dni po aktywności fizycznej lub umysłowej, nawet jeśli wysiłek nie był intensywny. Panel NYSIF [Wpływ powikłań po chorobie COVID-19 na kadry pracowników](#) oferuje więcej informacji na temat codziennych wyzwań związanych z opisywanym zjawiskiem.

### 6. Jak powikłania po chorobie COVID-19 wpłynęły na kadry pracowników i gospodarkę?

[Badanie](#) NYSIF wykazało, że około 18% pracowników z powikłaniami po chorobie COVID-19 przez ponad rok nie wróciło do pracy. [Badanie](#) instytucji Urban Institute przeprowadzone w 2022 r. wykazało, że 10% dorosłych z powikłaniami przestało pracować, a kolejne 5% zmniejszyło liczbę godzin pracy z powodu objawów. Ogólny wpływ finansowy powikłań po chorobie COVID-19 na gospodarkę Stanów Zjednoczonych to według [szacunków](#) ok. 3,7 biliona dolarów, obejmując koszty związane z obniżoną jakością życia, utraconymi zarobkami i wyższymi wydatkami na opiekę zdrowotną.

## 7. Czy powikłania po chorobie COVID-19 objęte są ubezpieczeniem pracowniczym?

Jeśli pracownik zachoruje z powodu zarażenia się wirusem wywołującym COVID-19 w pracy i roszczenie zostanie wniesione, ubezpieczenie [odszkodowawcze pracowników](#) pracodawcy (lub pracodawca, w przypadku pracodawców samoubezpieczonych) pokrywa koszty niezbędnej opieki medycznej, a także część wynagrodzenia zastępczego, jeśli dana osoba jest niezdolna do pracy. W Nowym Jorku pracownik może nie być w stanie dokładnie wykazać, w jaki sposób lub kiedy był narażony na działanie COVID-19, ale jego lekarz może dostarczyć dokumentację medyczną diagnozy, a także orzeczenie, że diagnoza była przyczynowo związana z pracą danej osoby. Zgłoszenie roszczenia jest ważne, nawet jeśli wydaje się, że pracownik szybko wyzdrowieje po infekcji, szczególnie w świetle tego, że później mogą pojawić się długotrwałe objawy. Informacji na temat tego, jak zgłosić roszczenie udziela [Komisja ds. Odszkodowań Pracowniczych Stanu Nowy Jork](#).

## 8. Jakie udogodnienia można zapewnić pracownikom z powikłaniami po chorobie COVID-19?

Na mocy kilku ustaw powikłania po przebytej chorobie COVID-19 mogą być potraktowane jak niepełnosprawność. Regulacje te to m.in. federalna ustawa [Americans with Disabilities Act z 1990 r.](#) i [New York State Human Rights Law](#), w przypadku pracowników firm podlegających tym przepisom. Pracodawcy mogą również kwalifikować się do urlopu na mocy ustawy o [urlopach rodzinnych i zdrowotnych \(Family and Medical Leave Act\)](#). Chociaż takie przepisy są odrębne i różnią się od przepisów stanowych przepisów dotyczących odszkodowań pracowniczych, a prawo danej osoby do udogodnień (i odpowiedzialność pracodawcy za ich zapewnienie) jest określone indywidualnie dla każdego przypadku, to możliwe [udogodnienia](#) dla pracowników, w przypadku których powikłania mogą mieć wpływ na wykonywane przez nich czynności lub ich poziom aktywności, mogą obejmować:

- Umożliwienie elastycznego harmonogramu pracy
- Umożliwienie przerw na odpoczynek w razie potrzeby
- Zapewnienie ergonomicznego stanowiska pracy

Więcej informacji znajdą Państwo na stronach internetowych [Employer Assistance and Resource Network on Disability Inclusion \("EARN"\)](#), [Job Accommodation Network \("JAN"\)](#), Amerykańskiego [Departamentu Pracy](#) oraz w panelu NYSIF dotyczącym [wpływu powikłań po chorobie COVID-19 na kadry pracowników](#).

## 9. W jaki sposób pracodawcy mogą pomóc pracującym opiekunom dotkniętym powikłaniami po chorobie COVID-19?

Wiele pracujących osób dorosłych to opiekunowie, którzy codziennie opiekują się jednym lub większą liczbą dzieci, osobami starszymi lub osobami niepełnosprawnymi. Istnieje wiele [sposobów](#), z których skorzystać mogą pracodawcy chcący zapewnić wsparcie tym pracownikom, w tym osobom, które zostały opiekunami z powodu powikłań po chorobie COVID-19 lub w przypadku których wykonywanie dotychczasowej funkcji opiekuna stało się trudniejsze z powodu takich powikłań. Obejmują one oferowanie elastycznych zasad w miejscu pracy, dostarczanie informacji o programach takich jak [Płatny Urlop Rodzinny w Stanie Nowy Jork](#), oraz kierowanie do zasobów, takich jak [Nowojorski Portal dla Opiekunów](#).

## 10. Z jakich dodatkowych sposobów pracodawcy mogą skorzystać chcąc pomóc pracownikom z powikłaniami po COVID-19?

Pracodawcy mogą zapewnić dodatkowe wsparcie pracownikom z powikłaniami po COVID-19, jednocześnie poprawiając obszary takich jak rekrutacja, retencja i satysfakcja z pracy pracowników w całej organizacji poprzez [budowanie integracyjnego](#) środowiska pracy. Co więcej, powikłania po chorobie COVID-19 są często kojarzone z objawami związanymi ze zdrowiem psychicznym, takimi jak lęk i depresja, co ma znaczenie w kontekście kultury pracy, w której priorytetem jest dobre samopoczucie psychiczne. Materiały na omawiany temat dostępne są w [NYSIF](#), [Biurze Zdrowia Psychicznego Stanu Nowy Jork](#) i [EARN](#). Poza tym pomocne może być uczestnictwo pracodawcy w programie pomocy dla pracowników.

## O NAS

### Fundusz Ubezpieczeniowy Stanu Nowy Jork – The New York State Insurance Fund

Fundusz Ubezpieczeniowy Stanu Nowy Jork (The New York State Insurance Fund – NYSIF) jest największym ubezpieczycielem zajmującym się odszkodowaniami pracowniczymi w stanie Nowy Jork i jednym z dziesięciu największych w całym kraju. NYSIF obejmuje ochroną 2 mln pracowników, ubezpieczając 200 tys. pracodawców w stanie Nowy Jork. Misją NYSIF jest zagwarantowanie nowojorskim pracodawcom dostępności odszkodowań pracowniczych, ubezpieczeń na wypadek inwalidztwa i płatnych urlopów rodzinnych po możliwie najniższych kosztach przy jednoczesnym utrzymaniu wypłacalności funduszu. Od momentu powstania 110 lat temu, NYSIF wypełnia tę misję, konkurując z innymi ubezpieczycielami z myślą o tworzeniu uczciwego rynku, jednocześnie służąc jako gwarantowane źródło ubezpieczenia dla pracodawców, którzy nie mogą zapewnić sobie ubezpieczenia korzystając z innych źródeł. NYSIF dąży do osiągnięcia najlepszych wyników w sensie zdrowotnym dla poszkodowanych pracowników i jest liderem w branży pod względem cen, jakości i usług oferowanych nowojorskim pracodawcom.

Po więcej informacji zapraszamy na stronę [nysif.com](https://nysif.com).

*Niniejszy dokument służy wyłącznie celom informacyjnym lub edukacyjnym i nie ma na celu zastąpienia profesjonalnej porady prawnej lub porady zdrowotnej, diagnozy lub leczenia. NYSIF nie ponosi żadnej odpowiedzialności w związku z kierowaniem się danej osoby niniejszymi treściami.*