

Fertility at work

Jak pogodzić leczenie niepłodności
z pracą zawodową?



Poradnik przygotowany przez:
Stowarzyszenie na Rzecz Leczenia Niepłodności i Wspierania Adopcji
Nasz Bocian.

Promujemy empatię, zrozumienie i praktyczne rozwiązania w miejscu pracy.

Spis treści

Niepłodność	03
Diagnostyka i leczenie niepłodności	04
Wsparcie w leczeniu niepłodności	06
Finansowanie leczenia niepłodności	07
Leczenie niepłodności a praca zawodowa	08
Jak długo trwa leczenie	08
Nieobecności związane z leczeniem	09
Leczenie a kariera zawodowa	13
Rozmowa z przełożonymi	16
Prawne aspekty leczenia niepłodności	18
Prawo w Polsce	18
Prawo w innych krajach Europy	19

Niepłodność



Starania o ciążę mogą potrwać nawet 12 miesięcy. W tym czasie około 80% par doczeka się ciąży. Jeżeli po roku starań nie udaje się zajść w ciążę, to czas na konsultację z lekarzem specjalizującym się w leczeniu niepłodności. Ważne jest, aby diagnostykę w kierunku niepłodności rozpocząć u obojga partnerów jednocześnie, ponieważ przyczyny niepłodności diagnozuje się równie często u obojga płci. W niektórych sytuacjach, kiedy kobieta ma ponad 35 lat oraz kiedy występują schorzenia mogące ograniczać płodność (np. endometrioza, PCOS, choroby tarczycy, jąder, cukrzyca itp.), warto zgłosić się do specjalisty wcześniej - już po 6 miesiącach starań.

Niepłodność

O niepłodności mówimy, kiedy po 12 miesiącach regularnych starań nie udaje się uzyskać ciąży. **Niepłodność dotyka około 25 milionów ludzi w Unii Europejskiej. W Polsce boryka się z nią co piąta para starająca się o ciążę.** Rosnąca z każdym rokiem skala problemu sprawiła, że Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) uznała niepłodność za chorobę cywilizacyjną.

Przyczyny niepłodności

Niepłodność może być spowodowana wieloma czynnikami, spośród których większość wynika ze stanu naszego zdrowia. Coraz większą uwagę poświęca się jednak czynnikom środowiskowym oraz stylowi życia. Nie bez znaczenie pozostaje wiek przyszłych rodziców. Płodność kobiet obniża się po 30 roku życia, a po 35. urodzinach spadek ten staje się bardzo gwałtowny. U mężczyzn spadek płodności obserwujemy nieco później, około 40 roku życia.

Wśród najczęściej diagnozowanych, medycznych przyczyn niepłodności wymienia się:

- nieprawidłowe parametry nasienia
- zaburzenia gospodarki hormonalnej
- niedrożność jajowodów
- przedwczesne wygasanie funkcji jajników
- endometriozę
- anatomiczne wady macicy
- niepłodność immunologiczną

Przyczyny niepłodności równie często diagnozowane są po stronie mężczyzn, jak i kobiet.

Zdarza się również, że niepłodność powoduje kilka współwystępujących czynników.

W niektórych przypadkach nie da się ustalić przyczyny niepłodności – mówimy wówczas o niepłodności idiopatycznej, czyli niepłodności niewyjaśnionego pochodzenia.

Diagnostyka i leczenie niepłodności

Przyczyny niepłodności diagnozowane są równie często po stronie mężczyzn i kobiet.

Dlatego, na pierwszą wizytę w poradni powinniście się zgłosić we dwoje tak, aby proces diagnostyczny rozpocząć równocześnie u obojga partnerów.

Podczas pierwszej wizyty w ośrodku specjalizującym się w leczeniu niepłodności lekarz przeprowadza szczegółowy wywiad medyczny, wykonuje badanie ginekologiczne wraz z badaniem USG oraz zleca podstawowe badania, w tym badania hormonalne, badania tarczycy oraz seminogram, czyli badanie nasienia. Dalsze etapy diagnostyki zależą od indywidualnej sytuacji pary oraz wyników zleconych przez lekarza badań i mogą obejmować zabiegi diagnostyczne (np. laparoscopia), dalsze badania laboratoryjne oraz konsultacje specjalistyczne (np. andrologiczne, genetyczne itp.).

Leczenie niepłodności

Wśród metod leczenia niepłodności wyróżnia się:

Leczenie farmakologiczne

Leki mogą pomóc w uregulowaniu cyklu, wywołaniu owulacji czy wpłynąć na poprawę jakości nasienia. Mogą również pomóc w zwalczaniu infekcji, które mogą być przyczyną problemów z zajściem w ciążę.

Leczenie chirurgiczne

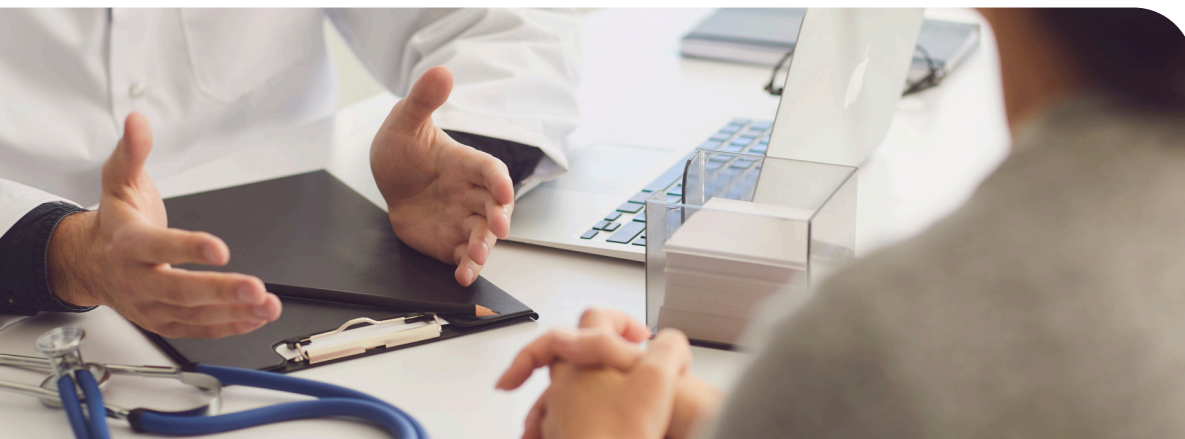
Stosowane w przypadku zdiagnozowania nieprawidłowości anatomicznych w obrębie narządów rodnych, takich jak np. torbiele, zrosty i mięśniaki u kobiet, czy żylaki powrózka nasiennego u mężczyzn.

Metody wspomaganej reprodukcji

Pomagają one osobom, które mają trudności z poczęciem dziecka w sposób spontaniczny, osiągnąć ciążę przy wsparciu specjalistycznych procedur takich jak inseminacja i in vitro.

Inseminacja polega na wprowadzeniu do jamy macicy odpowiednio przygotowanego, nasienia partnera lub dawcy. Inseminacja może pomóc w uzyskaniu ciąży w przypadku nieznacznie obniżonych parametrów nasienia oraz w przypadku niepłodności niewyjaśnionego pochodzenia. Skuteczność inseminacji szacuje się na ok. 6-20%. Zgodnie z rekomendacjami towarzystw naukowych zaleca się wykonanie maksymalnie 3-4 cykli inseminacji.

Zapłodnienie pozaustrojowe - in vitro - polega na połączeniu komórek jajowych i plemników w laboratorium, poza organizmem kobiety. Stosuje się je w przypadku nieskutecznego leczenia innymi metodami lub w przypadku wskazań bezpośrednich, takich jak niedrożność jajowodów, czy bardzo obniżone parametry nasienia. W przypadku braku możliwości wykorzystania własnych gamet, podczas in vitro wykorzystuje się nasienie dawcy bądź komórkę jajową dawczyni. Skuteczność in vitro wynosi około 30% w przeliczeniu na cykl.



Wsparcie w leczeniu niepłodności

Staraniom o ciążę towarzyszy zwykle wiele emocji - oczekiwanie, podekscytowanie, radość ale też obawa o to, jak poradzimy sobie w nowej roli - roli rodzica. Kiedy pomimo starań, w kolejnych cyklach nie udaje się doczekać ciąży pojawiają się nowe emocje - rozczarowanie, smutek i strach przed tym co przyniesie przyszłość. Bardzo często zadajemy sobie pytanie, dlaczego innym się udaje, a nam nie. Dlaczego spotyka to właśnie nas?

Przedłużające się starania o ciążę mogą negatywnie odbijać się na naszej samoocenie, sprawiając że czujemy się gorsi i wykluczeni. Mogą również przekładać się na relacje w związku. Presja współżycia z kalendarzykiem i zegarkiem w rękę, pierwsza wizyta w ośrodku leczenia niepłodności, oczekiwanie na wyniki badań - wszystko to generuje ogromny stres i może być źródłem nieporozumień pomiędzy partnerami. Problemem mogą się również okazać spotkania z bliskimi w towarzystwie dzieci, czy mierzenie się z informacjami o kolejnych ciążach koleżanek z pracy.

Gdzie szukać wsparcia??

Grupy wsparcia

Rozmowy z osobami, które również doświadczyły niepłodności mogą stanowić duże wsparcie w trudnych chwilach. Zorganizowane grupy wsparcia, działające pod okiem psychologów można znaleźć np. w ośrodkach zajmujących się leczeniem niepłodności. Pomocne mogą się również okazać społeczności organizujące się nieformalnie w mediach społecznościowych.

Pomoc psychologa lub psychoterapeuty

W sytuacjach, kiedy trudno poradzić sobie z emocjami, kiedy zaczynają one wpływać na nasze życie i utrudniać nam codzienne funkcjonowanie warto skorzystać z pomocy profesjonalistów. Spotkania z psychologiem i/lub psychoterapeutą przyjmują różną formę. Mogą mieć postać indywidualnych spotkań z psychologiem, konsultacji par albo terapii. O tym, która z form będzie najlepsza decydują pacjenci w porozumieniu z psychologiem.



Finansowanie leczenia niepłodności

Diagnostykę w kierunku niepłodności można przeprowadzić w ramach NFZ w poradniach specjalistycznych. W ramach ubezpieczenia można wykonać między innymi badania hormonalne, badanie nasienia, histeroskopię czy laparoskopię. W ramach NFZ można również przeprowadzić zabieg inseminacji. Niestety, poradni zajmujących się diagnostyką i leczeniem niepłodności jest niewiele i są zlokalizowane jedynie w największych miastach w Polsce. Komercyjnie diagnostykę i leczenie można prowadzić w jednym z kilkudziesięciu ośrodków zajmujących się leczeniem niepłodności w Polsce,

W Polsce funkcjonuje szeroki program refundacji leczenia niepłodności metodą zapłodnienia pozaustrojowego - in vitro. Do programu mogą przystąpić pary które spełniają następujące warunki:

- mają medyczne wskazania do leczenia metodą in vitro
- mają ubezpieczenie zdrowotne w Polsce
- wiek kobiety do 42 rż w przypadku korzystania z własnych oocytów i 45 rż w przypadku korzystania z oocytów dawczyni
- wiek mężczyzny do 55 rż
-

Program zapewnia pełne finansowanie do 6 cykli leczenia, w tym:

- do 4 cykli z wykorzystaniem własnych komórek jajowych
- do 2 cykli z wykorzystaniem komórek jajowych dawczyni
- do 6 cykli adopcji zarodka

Pacjenci zakwalifikowani do programu mają prawo do nielimitowanych konsultacji z psychologiem, podczas których mogą porozmawiać o emocjach czy też wątpliwościach związanych z procesem leczenia. W przypadku, kiedy para korzysta z dawstwa komórek jajowych, dawstwa nasienia lub zarodków konsultacja z psychologiem jest obowiązkowa i kończy się wydaniem opinii o gotowości pary na rodzicielstwo niegenetyczne.



Niepłodność a praca zawodowa



Okres przedłużających się starań o ciążę, diagnostyki i leczenia niepłodności może być bardzo wyczerpujący, zarówno fizycznie, emocjonalnie jak i finansowo. Towarzyszy mu także ogromny stres, porównywalny z tym, który odczuwają pacjenci onkologiczni. Wszystko to może mieć znaczący wpływ na życie zawodowe

Jak długo trwa leczenie?

Czas trwania procesu diagnostyki i leczenia może być różny, w zależności od czynników, takich jak wiek pary, przyczyny niepłodności, sposób korzystania ze świadczeń (komercyjnie lub w ramach ubezpieczenia) oraz stosowane metody leczenia. Cały proces diagnostyczny może trwać od kilku tygodni do kilkunastu miesięcy, w zależności od dostępności badań oraz dodatkowych testów i konsultacji.

Jeśli diagnoza wskazuje na problemy hormonalne lub zaburzenia owulacji, rozpoczyna się **leczenie farmakologiczne**. Zazwyczaj trwa ono kilka miesięcy, podczas których para jest pod regularną kontrolą lekarza. W przypadku konieczności zastosowania **leczenia chirurgicznego**, powrót do starań o ciążę po zabiegu może zająć od kilku tygodni do kilku miesięcy.

W przypadku leczenia metodą **inseminacji**, zwykle powtarza się ją w kilku kolejnych miesiącach starań. Procedura in vitro trwa około 4 do 6 tygodni, od rozpoczęcia procedury do pierwszego transferu. Kolejne transfery mogą być wykonywane w kolejnych miesiącach. W przypadku, kiedy nie udaje się uzyskać ciąży, konieczne jest powtórzenie całego procesu od początku.

Wizyty u specjalistów, badania, planowane zabiegi mogą spowodować konieczność zwolnienia z pracy - wiele badań i zabiegów, które wykonuje się w trakcie diagnostyki i leczenia niepłodności ma ścisły związek z cyklem menstruacyjnym i wymaga od pacjentów wizyty w ośrodku leczenia niepłodności w określonym dniu.

Podsumowując, **cały proces od rozpoczęcia diagnostyki do zakończenia leczenia może trwać od kilku miesięcy do kilku lat.**

Nieobecności związane z leczeniem

Diagnostyka i leczenie niepłodności mogą znacząco wpływać na życie zawodowe, ze względu na wymagania czasowe, stres, a także potencjalne skutki uboczne leczenia.

Diagnostyka niepłodności wymaga wielu wizyt u specjalistów, a także wykonania licznych badań. Elastyczność w umawianiu kolejnych etapów diagnostyki i leczenia zależy między innymi od ośrodka, w którym zdecydujemy się na leczenie. Wiele z przychodni oferuje wizyty i konsultacje po godzinach pracy, jednak nie zawsze możliwe jest skorzystanie z takiej opcji. Ponadto, niektóre badania, takie jak monitoring owulacji czy badania poziomów hormonów muszą być wykonywane w określonych dniach cyklu, co może oznaczać konieczność zwolnienia z pracy.

Bardziej wymagająca czasowo jest procedura in vitro, która obejmuje stymulację hormonalną, pobranie komórek jajowych oraz transfer zarodków. Sama stymulacja hormonalna wymaga częstych badań poziomów hormonów oraz wizyt u lekarza, co może wiązać się z częstą nieobecnością w pracy. Dodatkowym utrudnieniem są sytuacje, w których wizyta w ośrodku leczenia niepłodności związana jest z dalszym dojazdem.

Jakie formy może przyjmować nieobecność w pracy?

Zwolnienie lekarskie

Podczas wizyty specjalistycznej lekarz - jeżeli ma podstawy - może wystawić zwolnienie lekarskie. Wszelkie informacje o przyczynie zwolnienia są poufne, więc pracodawca nie ma dostępu do szczegółów medycznych. Niestety zdarza się, że poufność informacji zostaje naruszona np. poprzez wyszukanie w sieci nazwiska lekarza, który wystawił zwolnienie lekarskie. W takiej sytuacji można wywnioskować z jakiego powodu zostało wystawione zwolnienie lekarskie. Takie zachowania nie powinny mieć miejsca.

Co pracodawca widzi a czego nie na ZUS ZLA?

Widocznymi oznaczeniami na zwolnieniu są oznaczenia cyfrowe oraz literowe.

- znaczenie cyfrowe tj. nr 1 (chory musi leżeć) lub 2 (chory może chodzić)
- oznaczenie literowe (kod: A, B, C, D, E)

kod A – oznacza niezdolność do pracy powstałą po przerwie nieprzekraczającej 60 dni, spowodowaną tą samą chorobą, która była przyczyną niezdolności do pracy przed przerwą;

kod B – oznacza niezdolność do pracy przypadającą w okresie ciąży;

kod C – oznacza niezdolność do pracy spowodowaną nadużyciem alkoholu;

kod D – oznacza niezdolność do pracy spowodowaną gruźlicą;

kod E – oznacza niezdolność do pracy spowodowaną chorobą zakaźną, której okres wylęgania jest dłuższy niż 14

dni, lub inną chorobą, której objawy chorobowe ujawniają się po okresie dłuższym niż 14 dni od początku choroby.

W zaświadczeniu lekarskim, na pisemny wniosek pracownika, nie umieszcza się kodu "B" i "D".

Niewidoczną informacją na zwolnieniu lekarskim jest numer statystyczny choroby czyli zdiagnozowana dolegliwość.

W czasie niezdolności do pracy spowodowanej chorobą pracownikowi przysługuje wynagrodzenie chorobowe w wysokości 80% wynagrodzenia. W przypadku ciąży lub niezdolności do pracy wynikającej z wypadku w drodze do/z pracy zasiłek wynosi 100% wynagrodzenia.

Maksymalna długość pobierania wynagrodzenia chorobowego zależy od wieku pracownika i wynosi do:

- 14 dni w roku – w przypadku pracowników, którzy ukończyli 50 lat,
- 33 dni w roku – dla pozostałych pracowników.

Po tym czasie wynagrodzenie chorobowe zmienia się w zasiłek chorobowy. Wysokość zasiłku pozostaje taka sama.

Zasiłek chorobowy przysługujący przez okres trwania niezdolności do pracy z powodu choroby może trwać nie dłużej niż przez 182 dni, a jeżeli niezdolność do pracy została spowodowana gruźlicą lub występuje w trakcie ciąży - nie dłużej niż przez 270 dni.

W przypadkach ustania tytułu ubezpieczenia chorobowego zasiłek chorobowy przysługuje nie dłużej niż przez 91 dni. Nie dotyczy to niezdolności do pracy występującej w trakcie ciąży. Jednocześnie do okresu zasiłkowego wlicza się wszystkie okresy nieprzerwanej niezdolności do pracy oraz okresy poprzednich niezdolności do pracy, jeżeli przerwa pomiędzy nimi nie przekraczała 60 dni. Zasada ta nie dotyczy sytuacji, kiedy niezdolność do pracy wystąpiła w trakcie ciąży.

Kontrole

Zarówno pracodawca jak i Zakład Ubezpieczeń Społecznych, mają prawo przeprowadzić kontrolę w miejscu pobytu lub w miejscu zamieszkania. Dodatkowo ZUS, może przeprowadzić kontrolę prawidłowości wykorzystania zwolnienia lekarskiego tj. czy przebywamy pod zadeklarowanym adresem oraz czy pracujemy podczas choroby.



Pracownik wykonujący w okresie orzeczonej niezdolności do pracy pracę zarobkową lub wykorzystujący zwolnienie od pracy w sposób niezgodny z celem tego zwolnienia traci prawo do zasiłku chorobowego za cały okres tego zwolnienia.

Urlop wypoczynkowy

Planując wizytę w środku leczenia niepłodności możemy skorzystać z płatnego urlopu wypoczynkowego. Należy pamiętać, że pracodawca ma prawo odmówić urlopu, jeśli istnieją istotne powody, dla których nieobecność pracownika będzie obciążająca. Warto omówić to wcześniej i poinformować o przyczynach planowanej nieobecności w pracy. Otwartość może pomóc w znalezieniu odpowiednich rozwiązań, pozwalających na pogodzenie potrzeb każdej ze stron. Uwaga - pracodawca może nas z urlopu wypoczynkowego odwołać (nawet jeśli został wcześniej zatwierdzony i wpisany do planu urlopowego) jeśli zachodzą przyczyny istotne leżące po stronie pracodawcy.

Wiele osób sądzi, że remedium na tą sytuację będzie wybranie tzw. urlopu na żądanie. Tutaj warto pamiętać, że jeśli pracodawca nie wyrazi zgody na taki urlop - trzeba stawić się do pracy.

Urlop bezpłatny

W przypadku planowania diagnostyki i leczenia niepłodności można skorzystać z urlopu bezpłatnego. Jest to rodzaj usprawiedliwionej nieobecności w pracy podczas, której pracownik nie otrzymuje wynagrodzenia.

Za ten okres pracodawca nie opłaca za pracownika składek społecznych, w tym ubezpieczenia chorobowego, co powoduje, że pracownik w trakcie urlopu bezpłatnego traci prawo do świadczeń chorobowych (np. zasiłku chorobowego lub macierzyńskiego). Warto też zauważyć, iż po 30 dniach takiego urlopu pracownik traci prawo do ubezpieczenia z tytułu pracy. Oznacza to, że po powrocie do pracy musi upłynąć tzw. 30 dniowy okres wyczekiwania aby nabyć prawo do płatnego zwolnienia lekarskiego.

Pracodawca może nie udzielić pracownikowi urlopu bezpłatnego.

Urlop z tytułu siły wyższej

Urlop ten przysługuje wówczas, kiedy powodem zwolnienia jest siła wyższa dotycząca pilnych spraw rodzinnych spowodowanych chorobą lub wypadkiem, wymagająca natychmiastowej obecności pracownika. Pracownik korzystający z tego uprawnienia, nie musi informować pracodawcy o dokładnych powodach korzystania z tego uprawnienia. Urlop związany z wystąpieniem siły wyższej udzielany jest w wymiarze 2 dni lub 16 godzin w całym roku kalendarzowym. Pracownik zachowuje prawo do 50% wynagrodzenia za każdy dzień korzystania z tego urlopu. Przykładem sytuacji, w której można go wykorzystać jest np. poronienie.

Pracodawca bezwzględnie musi udzielić takiego urlopu.

Urlop opiekuńczy

Daje możliwość wybrania do 5 dni wolnych w ciągu roku kalendarzowego w celu zapewnienia osobistej opieki osobom bliskim z poważnych względów medycznych. W tym przypadku pracownik zobowiązany jest na wniosku wskazać imię i nazwisko osoby, która wymaga wsparcia lub opieki, jednak nie ma konieczności dokładnego opisywania stanu w jakim się znajduje się bliska osoba, czy też wskazywania jednostki chorobowej. Z urlopu może skorzystać syn, córka, matka, ojciec czy małżonek oraz osoba niespokrewniona, ale zamieszkującą w tym samym gospodarstwie domowym (np. partner czy partnerka).

Pracodawca musi wyrazić zgodę na urlop opiekuńczy.

Wyjście prywatne

Pracodawca może zgodzić się na krótkie, kilkugodzinne nieobecności i umożliwić ich odpracowanie. Takie ustalenia zależą od polityki firmy oraz indywidualnej umowy z pracodawcą. Wychodzenie w czasie pracy wymaga zgody pracodawcy. Samowolne opuszczenie miejsca pracy mogłoby skutkować np. karą porządkową albo w indywidualnych przypadkach nawet tzw. zwolnieniem dyscyplinarnym.

Istotną sprawą jest fakt, iż wyjście prywatne jest nieobecnością usprawiedliwioną, niepłatną. Dlatego ważne jest ustalenie, czy pracownik ma możliwość odpracowania takiego wyjścia w innym terminie, aby zachować pełne wynagrodzenie.

Zwolnienie lekarskie na osobę bliską

Pracownik, ale również osoba pracująca na zleceniu czy prowadząca działalność gospodarczą (dwa ostatnie - odprowadzające składki na ubezpieczenie chorobowe) ma możliwość formalnego zaopiekowania się członkiem rodziny. Zwolnienie lekarskie na opiekę nad osobą bliską ma na celu pomoc choremu w odzyskaniu zdrowia, które pozwoli mu na samodzielne funkcjonowanie. Wymiar takiego zwolnienia wynosi 14 dni w każdym roku kalendarzowym. W celu skorzystania z takiego uprawnienia należy się udać do lekarza osoby, nad którą pracownik zamierza sprawować opiekę. Jeżeli lekarz będzie widział konieczność opieki, wypisze zwolnienie.



Leczenie a kariera zawodowa

Długotrwałe leczenie może wpływać na nasze decyzje o rozwoju zawodowym.

Niektóre osoby wstrzymują decyzję o zmianie pracy, inne rozważają zmianę stanowiska na na mniej stresujące, albo umożliwiające swobodniejsze planowanie leczenia. Podczas leczenia niepłodności możesz spotkać się z trudnościami, takimi jak trudności z organizacją pracy, obawa przed zwolnieniem czy brak zrozumienia w zespole wynikający z niewiedzy lub uprzedzeń.

Warto podkreślić, iż prywatne sprawy takie jak leczenie niepłodności czy ciąża nie mogą stanowić przyczyny wypowiedzenia ani przeszkody na drodze awansu, podwyżki czy uzyskania premii. Jeżeli z jakiś przyczyn pracodawca uniemożliwia pracownikowi powyższego, należy z nim o tym porozmawiać. Warto wszelkie ustalenia podsumowywać na piśmie - wysyłając maila po spotkaniu.

Obawa przed zmianą warunków pracy

Wszelkie zmiany w warunkach zatrudnienia, jak np. zmiana stanowiska, wynagrodzenia, czasu czy miejsca świadczenia pracy wymagają formy pisemnej, jak np. porozumienie stron, ugoda czy aneks do umowy.

Pracownik nie musi podpisywać porozumienia, dopóki nie wyrazi zgody na zawarte w nim ustalenia. W przypadku braku zgody pracodawca może wręczyć tzw. wypowiedzenie zmieniające. Dokument ten wprowadza okres wypowiedzenia, dając jednocześnie czas pracownikowi na akceptację nowych warunków pracy. Podtrzymania braku zgody na proponowane zmiany wymaga formy pisemnej. W takim przypadku pracownik może w ciągu 21 dni od otrzymania wypowiedzenia zmieniającego odwołać się do sądu pracy (uwaga - nie będzie to możliwe po podpisaniu aneksu lub wypowiedzenia zmieniającego).

Kiedy można pracownikowi wypowiedzieć umowę?

Umowę na czas nieokreślony, określony i na okres próbny pracodawca rozwiązuje, składając pisemne oświadczenie o tym fakcie. Dodatkowo jeśli pracodawca rozwiązuje umowę o pracę na czas nieokreślony lub umowę na czas określony, w oświadczeniu musi wskazać powód rozwiązania umowy.

Powody rozwiązania umowy wskazane w wypowiedzeniu muszą być prawdziwe. Jeśli z jakichkolwiek przyczyn pracownik uważa, że wskazane przyczyny są nierzeczywiste, lub doszło jego zdaniem do dyskryminacji czy nierównego traktowania, ma prawo w ciągu 21 dni od wręczenia wypowiedzenia odwołać się do sądu pracy.

Wśród przyczyn uznanych w orzecznictwie za uzasadniające rozwiązanie umowy o pracę są między innymi:

- nadużycie zaufania związane z określonym zachowaniem pracownika
- dezorganizacja pracy z powodu długotrwałej nieobecności pracownika
- bezkrytyczne wykonanie przez pracownika bezprawnych poleceń przełożonych
- prowadzenie działalności konkurencyjnej także wtedy, gdy strony nie zawarły umowy zakazującej takiej działalności
- odmowa podpisania przez pracownika umowy o zakazie konkurencji
- likwidacja stanowiska pracy
- zmniejszenie stanu zatrudnienia

Wiele osób starających się o dziecko w ramach procedury in vitro obawia się wypowiedzenie na tle tzw. dezorganizacji pracy z powodu ich długotrwałej nieobecności. Warto podkreślić, iż o dezorganizacji mówimy jeśli pracownik na przestrzeni co najmniej kilku miesięcy pojawia się w pracy a następnie korzysta ze zwolnień lekarskich. Warunkiem koniecznym jest wspomniana dezorganizacja pracy w firmie czy zespole.

Pracownikowi, którego umowa została wypowiedziana, przysługuje okres wypowiedzenia. Okres wypowiedzenia jest taki sam, gdy umowa zostaje rozwiązana za wypowiedzeniem przez pracownika. Z końcem tego okresu umowa ulegnie rozwiązaniu.

Okres wypowiedzenia umowy o pracę zawartej na czas określony i nieokreślony zależy od stażu pracy pracownika w danej firmie, odpowiednio:

- do 6 miesięcy – okres wypowiedzenia to 2 tygodnie
- od 6 miesięcy do 3 lat – okres wypowiedzenia to 1 miesiąc
- powyżej 3 lat – okres wypowiedzenia to 3 miesiące.

Moobing

Niestety zdarza się, że starania o dziecko mogą być tłem albo nawet bezpośrednią przyczyną mobbingu. Mobbing oznacza działania lub zachowania dotyczące pracownika lub skierowane przeciwko niemu, które polegają na uporczywym i długotrwałym nękaniu lub zastraszaniu. Mobbing występuje gdy działania te lub zachowania wywołują u pracownika zaniżoną ocenę przydatności zawodowej, powodują lub mają na celu jego poniżenie lub ośmieszenie, a także izolowanie go lub wyeliminowanie z zespołu współpracowników.

Pracodawca ma obowiązek przeciwdziałać mobbingowi. Powinien reagować na wystąpienie w firmie zachowań, które mogą być zakwalifikowane jako mobbing oraz podejmować działania, które mają na celu niedopuszczenie do wystąpienia mobbingu, jak np. szkolenia antymobbingowe czy wdrażanie procedur antymobbingowych.

Jeżeli pracownik doświadcza mobbingu powinien wymagać od pracodawcy interwencji. Jeżeli pracodawca nie zareaguje, lub sam jest mobberem pracownik może zwrócić się do Państwowej Inspekcji Pracy lub do sądu pracy.



Rozmowa z przełożonymi

To od pracownika zależy, czy podzieli się z przełożonym powodem częstszych zwolnień z pracy. Otwartość może umożliwić skorzystanie z dodatkowych opcji i udogodnień. Wielu pracodawców oferuje elastyczne godziny pracy lub możliwość pracy zdalnej, co może pomóc w pogodzeniu leczenia z obowiązkami zawodowymi. Inne firmy oferują dodatkowe dni urlopu lub urlop zdrowotny dla pracowników poddających się leczeniu niepłodności. Niektóre firmy oferują również finansowe wsparcie w leczeniu niepłodności w ramach funduszu socjalnego, zdrowotnego lub dedykowanych programów.

Rozmowa w miejscu pracy na temat leczenia niepłodności może być trudna, ale dobre przygotowanie pomoże Ci czuć się pewniej i sprawić, że rozmowa będzie konstruktywna. Oto kilka wskazówek, które mogą Ci pomóc:



1

OKREŚL CEL ROZMOWY

Zastanów się, dlaczego chcesz porozmawiać o leczeniu niepłodności w pracy.

- Czy potrzebujesz zwolnienia na wizyty lekarskie?
- Czy chcesz poinformować o leczeniu przełożonego lub współpracowników, żeby lepiej zrozumieli Twoją sytuację?
- Czy chodzi o elastyczne godziny pracy?

2

ZBIERZ INFORMACJE

Zobacz, czy istnieją polityki dotyczące zwolnienia na wizyty lekarskie, np. w ramach elastycznego czasu pracy lub dodatkowego urlopu. Przygotuj się na możliwość, że takich polityk może nie być – to coś, nad czym pracujemy, by zmieniać miejsca pracy na przyjazne osobom zmagającym się z niepłodnością!



3

PRZYGOTUJ SIĘ EMOCJONALNIE



- Rozmowa o niepłodności może być emocjonalnie wymagająca. Zastanów się, ile informacji chcesz ujawnić i jakie granice chcesz postawić.
- Przygotuj się na możliwe reakcje – nie wszyscy będą wiedzieć, jak właściwie zareagować.

4

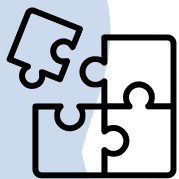
WYBIERZ ODPOWIEDNI MOMENT

Znajdź czas i miejsce, które zapewnią prywatność. Ważne, żebyś mógł/mogła swobodnie porozmawiać nie stresując się obecnością bez stresu o obecność innych osób.



ZAPROPONUJ KONKRETNE ROZWIĄZANIA

5



Jeśli potrzebujesz zmian w grafiku pracy lub innych ułatwień, przygotuj konkretne propozycje, np.:

- „Czy moglibyśmy ustalić elastyczne godziny pracy na czas leczenia?”
- „Chciał(a)bym mieć możliwość pracy zdalnej w dni wizyt lekarskich.”
- “Chciał(a)bym starać się o dofinansowanie leczenia w ramach Zakładowego Funduszu Świadczeń Socjalnych”

6

WYJAŚNIJ SYTUACJĘ PROSTYM JĘZYKIEM

Nie musisz wchodzić w szczegóły medyczne, jeśli nie chcesz. Możesz powiedzieć np.: „Przechodzę teraz przez leczenie związane z niepłodnością, które wymaga regularnych wizyt lekarskich. Chciał(a)bym porozmawiać o tym, jak to może wpłynąć na moją pracę.”



ZADBAJ O DOKUMENTACJĘ

Jeśli w pracy wymagane są zwolnienia lekarskie lub inne dokumenty, upewnij się, że masz je przygotowane.

7



8

ZADBAJ O WSPARCIE

Jeśli obawiasz się tej rozmowy, możesz wcześniej porozmawiać z zaufaną osobą – partnerem, przyjacielem lub psychologiem, by przeciwżyć rozmowę.



9

POZOSTAŃ ASERTYWNY/A

Masz prawo do leczenia i dbania o swoje zdrowie. Jeśli spotkasz się z niezrozumieniem, uprzejmie, ale stanowczo przypomnij o swoich prawach i potrzebach.



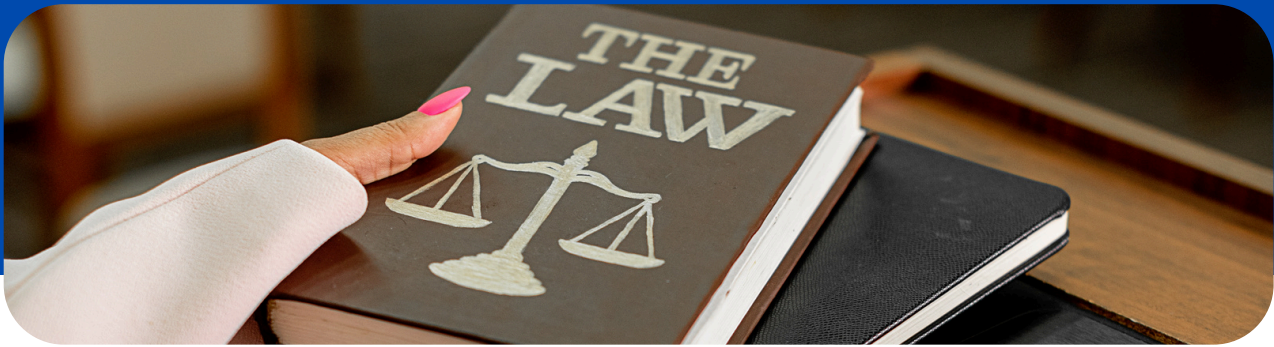
10

ROZWAŻ POMOC ORGANIZACJI ZEWNĘTRZNYCH

Jeśli rozmowa okaże się trudna, możesz zwrócić się o pomoc do organizacji takich jak Stowarzyszenie Nasz Bocian czy Związki Zawodowe. Mogą one pomóc Ci wypracować rozwiązania z pracodawcą.



Prawne aspekty leczenia niepłodności



Prawo w Polsce

Najważniejszym dokumentem regulującym dostęp do leczenia niepłodności w Polsce jest ustawa z dnia 25 czerwca 2015 r. o leczeniu niepłodności. Ustawa o leczeniu niepłodności wprowadza wiele ograniczeń, utrudniających dostęp do leczenia wszystkim grupom pacjentów.

Prawo w Polsce POZWALA na:

- dostęp do leczenia dla par heteroseksualnych będących małżeństwem lub żyjących w związku partnerskim,
- brak ograniczeń wiekowych dla pacjentów korzystających z leczenia, w tym z zabiegów in vitro (z wyjątkiem programu refundacji),
- możliwość wykonania badań preimplantacyjnych zarodków,
- możliwość mrożenia komórek rozrodczych bez ograniczeń czasowych,
- możliwość niszczenia gamet (komórek jajowych i nasienia),
- możliwość przekazania gamet do anonimowego dawstwa,
- możliwość kriokonserwacji zarodków i ich przechowywania przez 20 lat,
- możliwość przekazania zarodków do anonimowego dawstwa,
- możliwość zabezpieczenia płodności z przyczyn medycznych.

Na co NIE POZWALA polskie prawo:

- brak dostępu do leczenia niepłodności metodami medycznie wspomaganey reprodukcji (in vitro, inseminacja) singielek oraz singli,
- brak dostępu do leczenia dla par jedнопłciowych,
- brak możliwości skorzystania z jawnego dawstwa,
- brak możliwości przekazania gamet lub zarodków do jawnego dawstwa,
- brak możliwości zabezpieczenia płodności z przyczyn społecznych,
- brak możliwości niszczenia zarodków,
- brak możliwości skorzystania z surogacji.

Prawo w innych krajach Europy

Poszczególne kraje Europy różnią się od siebie przepisami prawa regulującymi dostęp do leczenia niepłodności, refundację leczenia czy kwestie anonimowości bądź jawności dawstwa.

Pacjenci najczęściej szukają informacji na temat krajów, które umożliwiają skorzystanie z inseminacji lub z in vitro singielkom i parom jedнопłciowym.

Do krajów tych należą między innymi:

- Hiszpania, Irlandia, Francja, Szwecja, Estonia, Finlandia, Portugalia - gdzie możliwe jest skorzystanie z leczenia przez singielki oraz żeńskie pary jedнопłciowe
- Belgia, Holandia, Wielka Brytania - gdzie z leczenia mogą skorzystać single, singielki oraz męskie i żeńskie pary jedнопłciowe.

Szersze informacje na temat europejskich regulacji względem leczenia niepłodności można znaleźć w Europejskim Atlasie Dostępu do Leczenia Niepłodności 2024

Europejski Atlas Polityki Leczenia Niepłodności to szczegółowa mapa porównawcza oceniająca 49 krajów pod kątem dostępu do równego, bezpiecznego i skutecznego leczenia niepłodności. Atlas analizuje trzy główne kategorie:

1. Regulacje prawne dotyczące dostępu:

- Obecność dedykowanych ustaw dotyczących technologii wspomaganego rozrodu (ART).
- Prowadzenie krajowych rejestrów działalności ART oraz dawców.

2. Finansowanie publiczne i refundacja:

- Zakres finansowania procedur inseminacji domacicznej (IUI) oraz zapłodnienia in vitro (IVF/ICSI).
- Czas oczekiwania na dostęp do finansowanych zabiegów.

3. Perspektywa pacjenta:

- Konsultacje polityk publicznych z organizacjami pacjenckimi.
- Dostępność wsparcia psychologicznego w ramach leczenia niepłodności.
- Obecność państwowych programów edukacji na te





Poradnik powstał w ramach projektu „**Fertility at Work**”,
realizowanego dzięki grantowi **DP World**.

„W DP World doskonale rozumiemy, jak ogromny wpływ ma niepłodność na życie zawodowe i osobiste pracowników. Choroba ta często wiąże się z wyzwaniami, które mogą znacząco utrudniać rozwój kariery, planowanie obowiązków czy równowagę między życiem prywatnym a zawodowym. Dlatego, jako odpowiedzialny pracodawca, nie tylko wdrażamy polityki wsparcia w naszej organizacji, ale również chcemy wspierać inne firmy w podejmowaniu podobnych działań. Dzięki współpracy ze Stowarzyszeniem Nasz Bocian możemy wspólnie tworzyć przestrzeń, w której osoby chorujące na niepłodność będą czuły się zrozumiane, wspierane i miały realną szansę na pogodzenie leczenia z życiem zawodowym. Wierzymy, że ten projekt przyniesie korzyści zarówno pracownikom, jak i ich pracodawcom.”

- mówi Karolina Rossmann-Klimowicz, polska koordynatorka projektu z ramienia DP World.



Chcesz, aby Twoja firma wprowadziła politykę wsparcia dla osób zmagających się z niepłodnością?

Skontaktuj się z nami:

 Tel.: +48 600 235 522

 E-mail: stowarzyszenie@nasz-bocian.pl

 Strony internetowe: www.fertilityatwork.pl, www.nasz-bocian.pl

STOWARZYSZENIE NA RZECZ LECZENIA NIEPŁODNOŚCI I WSPIERANIA ADOPCJI NASZ BOCIAN

Stowarzyszenie na Rzecz Leczenia Niepłodności i Wsparcia Adopcji „Nasz Bocian” założyliśmy w 2002 roku, aby wspierać osoby dotknięte niepłodnością i niezamierzoną bezdzietnością.

Jesteśmy głosem osób leczących niepłodność – edukujemy, słuchamy i wspieramy. Współpracujemy z pracodawcami i działami HR, pomagając tworzyć miejsca pracy przyjazne dla osób zmagających się z problemami płodności. W ramach projektu „Fertility at Work” szkolimy firmy, jak wspierać pracowników leczących niepłodność.

Główne obszary naszych działań:

- **Edukacja:** Organizujemy webinary, podcasty i sesje Q&A, poruszając tematy związane z leczeniem niepłodności, adopcją i rodzicielstwem zastępczym.
- **Wsparcie:** Umożliwiamy bezpłatne konsultacje ze specjalistami poprzez forum i wydarzenia online.
- **Równość w dostępie do leczenia:** Walczymy o refundację diagnostyki i leczenia niepłodności, dla wszystkich osób potrzebujących oraz promujemy rozwiązania systemowe w miejscu pracy.
- **Wspieranie rodzin:** Działamy na rzecz rodzin zastępczych i adopcyjnych, dążąc do zastąpienia tradycyjnych domów dziecka rodzinną pieczę zastępczą.
- **Walka ze stygmatyzacją:** Zdecydowanie sprzeciwiamy się stereotypom i dyskryminacji wobec osób leczących niepłodność oraz dzieci urodzonych dzięki technikom wspomaganey prokreacji.

Dzięki wieloletniemu doświadczeniu i współpracy z różnymi sektorami społecznymi pomagamy tworzyć przestrzenie pracy, które są otwarte i wspierające. Wierzymy, że zwiększenie świadomości na temat wpływu leczenia niepłodności na życie zawodowe przyczyni się do budowy bardziej inkluzywnego społeczeństwa.

Gdzie nas znajdziesz:

- nasz-bocian.pl/
- [instagram.com/nasz_bocian](https://www.instagram.com/nasz_bocian)
- [tiktok.com/@nasz_bocian](https://www.tiktok.com/@nasz_bocian)
- [youtube.com/user/NaszBocian](https://www.youtube.com/user/NaszBocian)
- [spotify.com](https://open.spotify.com/)
- [facebook.com/Stowarzyszenie.Nasz.Bocian](https://www.facebook.com/Stowarzyszenie.Nasz.Bocian)
- twitter.com/NaszBocian
- [linkedin.com/company/stowarzyszenie-nasz-bocian](https://www.linkedin.com/company/stowarzyszenie-nasz-bocian)

Pomagamy zmieniać rzeczywistość na bardziej przyjazną i wspierającą dla wszystkich dotkniętych niepłodnością.