

# Fakta om SmerteFri

Det handler om at være

Tryg | 

Alle virksomheder ønsker sunde, glade og motiverede medarbejdere. Og det er naturligvis vigtigt at sørge for, at de ikke får smerter af at udføre deres arbejde. Styrk trivslen og effektiviteten i hverdagen ved at tilbyde dine medarbejdere hurtig behandling af smerter i muskler og led, så daglige gener ikke udvikler sig til kroniske skader og sygemeldinger.

## Hvad er SmerteFri?

SmerteFri er en forsikring, der dækker udgifter til behandling af arbejdsbetingede smerter og spændinger i muskler, led og sener. Målet er at forebygge arbejdsskader, sygemeldinger og for tidlig afgang fra arbejdsmarkedet. Klassiske eksempler er smerter og spændinger i ryg, skuldre, nakke, albuer og håndled, der opstår som resultat af forkerte arbejdsstillinger, løft eller overbelastninger.

SmerteFri sikrer, at der bliver taget hånd om dine medarbejdere, så snart problemerne melder sig. Det forebygger både fravær og frustrationer.

## Hvad dækker SmerteFri?

SmerteFri giver hvert år dine medarbejdere mulighed for behandlinger af 30 min. varighed hos fysioterapeut, kiropraktor, zoneterapeut, fysiurgisk massør eller akupunktør. Medarbejderne vælger selv, hvilken behandlingsform de ønsker.

Fysioterapi behandler og genoptræner muskler og led. Fysioterapeuten vejleder om korrekte arbejdsstillinger og genoptræner tabte funktioner.

Kiropraktik afhjælper funktionsforstyrrelser og smerter i kroppens muskel- og skeletsystem ved hjælp af kiropraktiske håndgreb, fx små hurtige tryk.

Zoneterapi trykbehandler reflekszoner på føddernes over- og underside med henblik på at genoprette kroppens balance.

Massage løsner spændinger og øger kroppens blodgennemstrømning for at fjerne myoser og smertelindrende ømme muskler.

Akupunktur lindrer smerter og genopretter skader ved hjælp af tynde, sterile engangsnåle, der placeres i kroppens akupunkturpunkter.

## Hvad gør I, hvis I får brug for SmerteFri?

Hvis en medarbejder får arbejdsbetingede gener i muskler, led eller sener, skal medarbejderen ringe til Tryg på 70 11 20 20.

Medarbejderen vælger selv blandt Trygs brede netværk af samarbejdspartnere, hvilken fysioterapeut, kiropraktor, massør, zoneterapeut eller akupunktør vedkommende ønsker behandling hos.

## Et supplement til Sundhedsforsikringen

SmerteFri kan forhindre mange kroniske skader og forebygge meget fravær. Men i de tilfælde, hvor forebyggelse ikke er nok, er der andre tilbud i Trygs sundhedspalette. Sundhedsforsikringen kan fx sørge for, at du får dine medarbejdere hurtigere tilbage efter sygdom, fordi de har mulighed for hurtig behandling på privathospital.

Denne beskrivelse indeholder ikke alle oplysninger om SmerteFri. I tilfælde af gener er det de fuldstændige forsikringsbetingelser, der er gældende. Forsikringsbetingelserne sendes sammen med policen eller du kan få dem, hvis du ringer på 70 11 20 20. Oplysningerne er gældende indtil nyt faktablad udgives.