

病愈后返岗

概览

- 长期病假后返岗看起来令人生畏，这很正常。
- 在复工之前，请询问您的医生您能做些什么，并与人力资源部门核实您公司的政策。
- 如果需要，请与您的雇主共同制定返岗策略，以确保您获得正确的支持。

病愈后返岗

长期病假后返岗可能会让人感到十分畏惧。您也许会担心自己是否有充足的体力去面对一整天的工作。或者想到复工后办公桌上堆满文件和电子邮件，就会感到恐惧。本情况说明书解释了您返回办公室时可能会发生的情况，以及您可以做出的一些选择，以便您尽可能舒适愉快地返岗。

返岗之前

在决定返岗之前，请先咨询您的医生。询问他们认为您是否适合恢复全部工作，或者他们是否建议您在一定条件下恢复工作。大多数组织都会有某种形式的返岗规程。因此，建议在复工之前与您的经理或人力资源部门联系，以了解您的雇主的政策。

返岗后

您所在的公司可能会要求对您进行返岗面试。这是您和公司回顾您患病期间的情况的机会。您的雇主可能想了解您的工作环境是否与您的健康状况有关。

面试也是一个展望未来的机会。您可以向公司保证，您已经完全康复，并渴望承担全部工作量。或者您可能想要解释一下您的疑虑，即繁重的工作量可能会让您前功尽弃。

制定复工策略

您的雇主可能想与您一起制定某种返岗策略，其中包括：

- 让您做一段时间的兼职工作
- 与同事达成协议，在一段时间内由同事帮您完成部分任务
- 如果您的疾病给您留下了一定程度的残障，则改变您的工作环境
- 职业健康团队的建议

离开工作一段时间后，返岗看起来令人畏惧，这是很正常的，特别是当您身体不适时。但有了正确的支持，您就能弄清楚哪些期望是合乎实际的，以及如何与您的雇主合作，以确保您顺利、成功的回归，有助于大家开展工作。



在您需要时为您提供关键支持

请访问 optumwellbeing.com/criticalsupportcenter，获取更多关键支持资源和信息。

