



Novembre
2014

ARRÊT DE TRAVAIL

Varices des membres inférieurs

 après avis de la HAS^[1]

Pour vous aider dans votre prescription d'arrêt de travail et faciliter le dialogue avec votre patient, des durées de référence vous sont proposées.

Elles sont indicatives et, bien sûr, à adapter en fonction de la situation de chaque patient.

Type d'emploi		Durée de référence*	
		Radiofréquence par voie veineuse transcutanée	Crossectomie - éveinage
Travail sédentaire		3 jours**	10 jours
Travail physique léger	charge ponctuelle < 10 kg	5 jours	14 jours
	charge répétée < 5 kg		
Travail physique modéré	charge ponctuelle < 25 kg	5 jours	15 jours
	charge répétée < 10 kg		
Travail physique lourd	charge > 25 kg	7 jours	21 jours

* Durée à l'issue de laquelle la majorité des patients est capable de reprendre un travail.
Cette durée est modulable en fonction des complications ou comorbidités du patient.

** La durée prend en compte le jour de l'acte.

La durée de l'arrêt initial est à adapter selon :

- l'âge,
- le degré de sévérité des symptômes (œdème, douleur...) et l'étendue de la maladie veineuse,
- les comorbidités,
- les éventuelles complications (hématomes, infection, thrombose veineuse ...),
- la nécessité d'un traitement préventif par Héparine de bas poids moléculaire lors des situations à risque,
- les possibilités d'adaptation ou de modification du poste de travail, surtout pour les postes où les positions debout ou assise prolongées sont prépondérantes.



Restauration des capacités fonctionnelles

Lors des périodes de repos, il est recommandé de surélever les membres inférieurs afin de diminuer un éventuel œdème.

La marche est fortement recommandée ainsi que l'utilisation d'une contention élastique adaptée. Par exemple, dans les suites de la radiofréquence, la reprise de la marche est recommandée dans les heures qui suivent l'occlusion.

Les positions debout et assise prolongées doivent être évitées.

Reprise des activités professionnelles

En cas de poste de travail nécessitant une position debout ou assise dominante, une adaptation temporaire du poste de travail peut être envisagée avec l'employeur et le médecin du travail.

Reprise des activités sportives et de loisir

Ces activités peuvent être reprises progressivement dès le rétablissement de la fonction.

Il est recommandé de pratiquer une activité physique régulière et adaptée à son état de santé.

► **Votre patient a-t-il reçu une information rassurante pour lui permettre de reprendre ses activités sans appréhension ?**

► **La question de la reprise de l'emploi a-t-elle été abordée dès le début de l'arrêt ?**

► **Votre patient a-t-il été informé des délais de reprise des activités sportives et de loisir ?**

Sources :

Fitness for Work "The medical aspects" 5th edition, 2013.

Official Disability Guidelines, 2013 18th edition.

Medical Disability Advisor, Reed group, 5th Edition, 2005.

Tiempos estandar de Incapacidad temporal, Instituto nacional de la Seguridad Social, Espagne, 2^e Edition.

NHS, 2013.

[1] www.has-sante.fr