



Octobre
2015

ARRÊT DE TRAVAIL

Fracture de côte(s) isolée
(hors polytraumatisme)

 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.
Une fracture de côte peut ne pas nécessiter d'arrêt de travail.

Type d'emploi			Durée de référence*	
			1 à 3 côtes	+ de 3 côtes
Travail sédentaire			7 jours	14 jours
Travail physique léger	Amplitude des rotations du tronc modérée	Charge ponctuelle < 10kg Charge répétée < 5kg	14 jours	21 jours
Travail physique modéré		Charge ponctuelle < 25kg Charge répétée < 10kg	21 jours	35 jours
Travail physique lourd	Amplitude des rotations du tronc importante	Charge > 25kg	28 jours	42 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 de l'arrêt initial est à adapter selon :

- l'âge du patient,
- le déplacement de la fracture et les complications éventuelles (hémothorax, pneumothorax, volet costal, lésion de vaisseaux...),
- l'intensité de la gêne douloureuse,
- la nécessité de travailler au-dessus du plan des épaules,
- les possibilités d'adaptation ou de modification du poste de travail par l'entreprise, notamment pour les postes très physiques,
- la nécessité de conduire un véhicule pour les trajets ou l'emploi.



Restauration des capacités fonctionnelles

Les fractures simples sont généralement d'évolution bénigne en 6 à 8 semaines, mais la reprise du travail peut intervenir avant la consolidation.

Une rééducation respiratoire peut être nécessaire en cas de fractures multiples ou de complication.

Reprise des activités professionnelles

En fonction de l'intensité de la douleur et de la gêne respiratoire, un aménagement temporaire du poste de travail peut être nécessaire.

Il est à mettre en place en partenariat avec le médecin du travail.

Reprise des activités sportives et de loisir

La reprise des activités peut se faire progressivement dès la diminution de la gêne respiratoire.

► **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 :

Arrêt de travail en traumatologie, barème indicatif, F. Valette, 2010.

Official Disability Guidelines, 2013 18th

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

Travail sécuritaire NB, Lignes directrices en matière de durée d'invalidité du Nouveau- Brunswick, 2009.

[1] www.has-sante.fr