



Décembre
2012

ARRÊT DE TRAVAIL

Lésions méniscales : traitement chirurgical

 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 *	
			Ménisectomie sous arthroscopie	Réparation méniscale (suture)
Travail sédentaire			10 jours	21 jours
Travail physique léger	Position debout non dominante	Charge ponctuelle < 10 kg ou Charge répétée < 5 kg	14 jours	28 jours
Travail physique modéré	Position debout dominante	Charge ponctuelle < 25 kg ou Charge répétée < 10 kg	21 jours	42 jours
Travail physique lourd		Charge > 25 kg	45 jours	70 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 est à adapter selon :

- l'âge du patient,
- le/les ménisque(s) atteint(s), médial ou latéral (une ménisectomie latérale nécessite un arrêt de travail de 28 jours minimum quel que soit le type d'emploi),
- le type de la lésion (traumatique ou dégénérative) et son étendue,
- l'existence de lésions associées (LCA, arthrose...),
- la durée et les conditions de transport,



Restauration des capacités fonctionnelles

En cas de méniscectomie arthroscopique, si la rééducation kinésithérapique est nécessaire, elle doit débiter immédiatement après l'intervention.

Après suture méniscale, des précautions d'appui sont recommandées jusqu'à 6 semaines après l'intervention et les positions accroupies sont contre-indiquées pendant 12 semaines.

Reprise des activités professionnelles

Après réparation méniscale et pour des emplois physiques nécessitant des positions accroupies ou à genoux, une prise de contact précoce avec le médecin du travail est conseillée pour adapter temporairement le poste de travail.

Reprise des activités sportives et de loisir

En cas de méniscectomie arthroscopique, la récupération est en moyenne de 4 à 6 semaines pour toutes les activités sportives.

Après suture méniscale, les sports vigoureux sont proscrits pendant 4 mois. Six mois environ sont nécessaires pour retrouver le niveau antérieur.

► **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 de travail ?**

► **Votre patient a-t-il été informé des délais à respecter avant de reprendre des activités sportives et de loisir ?**

Sources :

HAS, Prise en charge thérapeutique des lésions méniscales et des lésions isolées du ligament croisé antérieur du genou chez l'adulte, juin 2008.

Guide d'utilisation des arrêts de travail, Espagne, 2^{ème} édition.

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

National guideline clearinghouse <http://www.guideline.gov/content.aspx?id=14582&search=meniscectomy>.

[1] www.has-sante.fr