



Novembre
2014

ARRÊT DE TRAVAIL

Ulcère de jambe à prédominance veineuse

i 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*		
		Ulcère de petite taille	Ulcère étendu (>10 cm ²)	
		Traitement** médical	Traitement** médical	Greffe
Travail sédentaire		5 jours	14 jours	28 jours
Travail physique léger	charge ponctuelle < 10kg	7 jours	14 jours	28 jours
	charge répétée < 5kg			
Travail physique modéré	charge ponctuelle < 25kg	21 jours	28 jours	35 jours
	charge répétée < 10kg			
Travail physique lourd	charge > 25kg	21 jours	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 n'intègre pas la chirurgie veineuse superficielle d'un ulcère ouvert ou cicatrisé.

**** Le traitement médical correspond à la compression veineuse adaptée (selon les recommandations) associée à des soins locaux.**

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

- l'âge,
- l'état général et nutritionnel,
- les comorbidités,
- une éventuelle hospitalisation,
- les éventuelles complications (retard de cicatrisation, surinfection microbienne, perte de la mobilité de l'articulation tibio-tarsienne...),
- la présence d'une thrombose veineuse profonde,
- les possibilités d'adaptation ou de modification du poste de travail, surtout pour les postes où les positions debout ou assise prolongées sont prépondérantes,
- la nécessité de déplacements en transports en commun.



Restauration des capacités fonctionnelles

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

Le traitement par compression veineuse adaptée est recommandé en association avec les soins locaux et la prise en charge de la douleur. La compression veineuse favorise la guérison de l'ulcère et prévient des récides.

Les positions debout et assise prolongées doivent être évitées.

Le maintien d'une activité physique, comme la marche, favorise l'activation de la pompe veineuse au mollet et réduit le risque d'ankylose tibio-tarsienne.

Reprise des activités professionnelles

En cas de poste de travail nécessitant une position debout dominante et/ou proche d'une source de chaleur, 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 (la marche, la natation et le vélo) et adaptée à son état de santé.

Sources :

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

► **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 ?**