



Décembre  
2012

## ARRÊT DE TRAVAIL

Plaies des tendons extenseurs et fléchisseurs de la main : traitement chirurgical

 après avis de la HAS <sup>[1]</sup>

**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 * |                    |                  |                    |
|-------------------------|----------------------------------|---|----------------------|--------------------|------------------|--------------------|
|                         |                                  |   | Section partielle    |                    | Section complète |                    |
|                         |                                  |   | Tendon extenseur     | Tendon fléchisseur | Tendon extenseur | Tendon fléchisseur |
| Travail sédentaire      |                                  |   | 21 jours             | 28 jours           | 35 jours         | 42 jours           |
| Travail physique léger  | Sollicitation modérée de la main | Charge ponctuelle < 10 kg<br>ou<br>Charge répétée < 5 kg  | 28 jours             | 42 jours           | 42 jours         | 56 jours           |
| Travail physique modéré |                                  | Charge ponctuelle < 25 kg<br>ou<br>Charge répétée < 10 kg | 42 jours             | 63 jours           | 56 jours         | 70 jours           |
| Travail physique lourd  | Forte sollicitation de la main   | Charge > 25 kg  | 56 jours             | 77 jours           | 70 jours         | 84 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 :

- le côté atteint (dominant ou non dominant),
- la topographie,
- l'étendue des lésions (nombre de sections tendineuses...),
- l'existence de lésions associées (cutanées, ostéo-articulaires, vasculaires, nerveuses),
- le type de traitement (immobilisation articulaire par broche, suture, suture et réinsertion, technique de mobilisation...),
- les complications éventuelles (infection, rupture précoce, raideur, rétractions, douleurs névromateuses ...),
- la nécessité d'utiliser un véhicule pour les trajets ou l'emploi.



### Restauration des capacités fonctionnelles

Les plaies des tendons extenseurs ont généralement un bon pronostic.

La mobilisation vise à lutter contre les adhérences tendineuses pouvant aboutir à une raideur et facilite le retour à l'activité. Elle vise également la récupération des amplitudes articulaires déficitaires et la tonification musculo-tendineuse.

### Reprise des activités professionnelles

Un aménagement temporaire du poste de travail peut être nécessaire et à mettre en place en partenariat avec le médecin du travail.

### Reprise des activités sportives et de loisir

Après avis médical, la conduite automobile est envisageable à partir de la 8<sup>ème</sup> semaine après réparation des tendons extenseurs et fléchisseurs. La conduite d'un véhicule à deux-roues motorisé est envisageable à partir de la 8<sup>ème</sup> semaine (extenseurs) et de la 10<sup>ème</sup> semaine (fléchisseurs). La reprise des sports sollicitant la main peut être envisagée entre les 10<sup>ème</sup> et 12<sup>ème</sup> semaines.

- ▶ **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 pour prévenir le risque de désinsertion professionnelle ?**
  
- ▶ **Votre patient a-t-il été informé des délais à respecter avant de reprendre ses activités sportives et de loisir ?**

#### Sources :

Guide pratique de traumatologie, J. Barsotti, 2010.  
Arrêt de travail en traumatologie, barème indicatif, F. Valette, 2010.  
Travail sécuritaire NB, Lignes directrices en matière de durée d'invalidité du Nouveau-Brunswick, 2000 et 2009.  
Guide d'utilisation des arrêts de travail, Espagne, 2<sup>ème</sup> édition.  
Official Disability Guidelines, 14<sup>th</sup> Edition, 2009.  
Medical Disability Advisor, 5<sup>th</sup> Edition, 2005.  
NHS UK, <http://www.nhs.uk/Conditions/tendonhand/Pages/Recovery.aspx>  
<http://www.nhsdirect.wales.nhs.uk/encyclopaedia/t/article/tendonrepair.hand/>  
Health Service executive: <http://www.hse.ie/eng/services/flu/A-Z/H/Hand-tendon,-repair/>

<sup>[1]</sup> [www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr)