

Incapacité de travail, rétablissement et trajet de Retour Au Travail

Fiche INFARCTUS AIGUE DU MYOCARDE - ICD-10: I21 (1/2)



Informations importantes

INFORMATION MÉDICALE

- *Aucune information supplémentaire spécifique.*

RÉTABLISSEMENT

- Un infarctus aigu est souvent pour le patient est un éclair dans un ciel bleu, et cela demande du temps à être surmonté, et d'autant plus que le patient est jeune. Il faut donc prêter attention non seulement aux **conséquences fonctionnelles sur le myocarde**, mais également aux **conséquences psychologiques** pour le patient.
- La **période minimale d'incapacité de travail est de 4 semaines** après que le patient a quitté l'hôpital.
- Un **programme de réadaptation cardiaque**, combinant des exercices physiques adaptés avec une prise en charge diététique, antitabac et de gestion du stress, **est fortement recommandé** car il permet de retrouver une meilleure qualité de vie et il réduit le risque de récurrence et de décès. Si le patient participe à un tel programme, son organisation concrète (2-3 séances/semaine en journée durant 15 à 22 semaines) peut en pratique rendre difficile une reprise du travail à temps plein durant cette période et imposer une longue période de **travail à temps partiel**.
- L'**accompagnement** du patient par le médecin traitant est très **important**. Après l'infarctus, un retour au travail est le plus souvent possible, mais constitue également une source d'**anxiété**. Le médecin veillera à rendre progressivement au patient confiance dans les capacités de son propre cœur. Il sera particulièrement attentif aux **conséquences psychologiques** de l'événement vécu (avoir cru mourir ...).
- **Reprise des activités sportives et de loisir :**
 - ✓ Après un infarctus non compliqué, un voyage en avion est possible après 2 à 3 semaines ;
 - ✓ Après réadaptation cardiaque, 30 minutes d'activité physique modérée 5 fois par semaine sont recommandées en prévention secondaire.

TRAJET DE RETOUR AU TRAVAIL

- **Dès le retour à domicile**, le médecin veillera à **discuter** avec le patient ses perspectives de reprise du travail.
- **Pour la reprise des activités professionnelles** le médecin pourra :
 - ✓ Recommander dans certains cas, une **reprise à temps partiel** (notamment durant la revalidation) ;
 - ✓ Encourager une **consultation précoce de pré-reprise avec le médecin du travail** afin de faciliter la reprise et rechercher une adaptation éventuelle du poste de travail (surtout en cas de travail physique lourd) ;
 - ✓ Tenir compte de **facteurs de modulation** (fonction fortement diminuée, arythmies) pour le redémarrage dans certains types de professions (professions physiquement exigeantes et fonctions de sécurité).

Incapacité de travail, rétablissement et trajet de Retour Au Travail

Fiche INFARCTUS AIGUE DU MYOCARDE - ICD-10: I21 (2/2)



Durées de référence pour l'arrêt de travail & facteurs cruciaux

Durées de référence pour l'arrêt de travail en fonction du rétablissement

TYPE D'EMPLOI	DURÉE
Travail sédentaire	4 semaines d'IT complète => ensuite trépied pronostique
Travail physique léger ou modéré	4 semaines d'IT complète + 2 semaines d'IT partielle ou complète, selon le risque (=> trépied pronostique)
Travail physique lourd (incl. températures extrêmes)	4 semaines d'IT complète + 4 semaines d'IT partielle ou complète, selon le risque (=> trépied pronostique)

TREPIED PRONOSTIQUE (Source : Bernard Pierre, Colloque Coeur et travail, Paris, 17/11/2011)

Ischémie résiduelle :	Non	Entre les deux	Oui
Fraction d'éjection systolique du ventricule gauche :	Correct (FEVG > 50%)		Mauvais (FEVG < 30%)
Trouble rythme ventriculaire :	Non	Oui	
Risque / reprise :	Risque faible → reprise	Risque moyen → voir au cas par cas	Risque élevé → pas de reprise pour métiers physiques lourds

Facteurs cruciaux permettant d'évaluer la situation du patient

- ✓ Age du patient (et période restante jusqu'à la retraite)
- ✓ **Gravité** infarctus (antécédent d'infarctus du myocarde ou localisation antérieure)
- ✓ Etendue des **lésions** retrouvées sur la coronarographie
- ✓ **Revascularisation** éventuelle - via pose d'un stent
- ✓ **Comorbidités**
- ✓ Participation, ou non, à un **programme de revalidation cardiaque**
- ✓ **Facteurs psychologiques** (anxiété, dépression)
- ✓ Niveau de **stress** au travail
- ✓ Nature et durée des **déplacements** professionnels
- ✓ **Restrictions légales** propres à certaines professions (p. ex. pilote d'avion, conducteur de train, pompier ...)



Les durées de références ne tiennent pas compte des délais nécessaires à la confirmation du diagnostic par des examens complémentaires, alors que la personne est/reste symptomatique, ni des délais de prise en charge thérapeutique liés à la disponibilité des acteurs ou des structures de soins. Il s'agit de références dans le cadre d'un **timing optimal de prise en charge diagnostique et thérapeutique**.



Une **réorientation professionnelle** est parfois indispensable pour les personnes ayant des emplois physiques. Dans ce cadre, l'aide du coordinateur de Retour Au Travail peut être utile.