

Incapacité de travail, rétablissement et trajet de Retour Au Travail

Fiche SYNDROME DU CANAL CARPIEN - ICD-10: G56.0 (1/2)



Informations importantes

INFORMATION MÉDICALE

- L'étiologie du canal carpien est diverse :
 - ✓ La **majorité** des cas est liée à des **facteurs professionnels**.
 - ✓ On n'oubliera pas les éventuelles **autres causes** : grossesse, diabète, maladie rhumatoïde, hypothyroïdie.
- Les **facteurs de risque professionnels** du syndrome sont :
 - ✓ les mouvements répétitifs du membre supérieur, et de la main en particulier (même parfois l'utilisation de la souris informatique ou le travail administratif répétitif) ;
 - ✓ l'exercice d'une force lors de ces mouvements ;
 - ✓ les mouvements de torsion du poignet ;
 - ✓ l'utilisation de la pince pouce-index ;
 - ✓ l'utilisation d'un outil vibrant.

RÉTABLISSEMENT

- Il existe des **mesures préventives** (simples) qui sont ici également **curatives** : supprimer ou diminuer temporairement les facteurs professionnels de surcharge, identifier et corriger certains mouvements et postures. Dans le cas d'échec de celles-ci, des injections de corticostéroïde à action locale, le port d'une orthèse adaptée de l'avant bras et/ou une intervention chirurgicale peuvent être envisagées en fonction de la réponse au traitement conservateur ou si une perte de force est objectivée.
- L'incapacité de travail avec traitement conservateur (repos/infiltration) suivie d'une reprise sans **adaptation des facteurs professionnels**, mènera probablement à une rechute. Le **traitement chirurgical** doit être envisagé s'il est impossible de changer les facteurs professionnels.
- Le **traitement chirurgical** peut être soit endoscopique (ce qui réduit un peu la durée de l'IT), soit à ciel ouvert.
- **Après la chirurgie**, les activités peuvent être **reprises dès le rétablissement des capacités fonctionnelles** :
 - ✓ L'utilisation simultanée des deux mains, ainsi que la poussée et le port de charges lourdes doivent être évités.
 - ✓ En revanche, les gestes quotidiens doivent être maintenus (manger, se coiffer, s'habiller) pour limiter raideurs et gonflements. Les complications sont rares mais il faut dépister à temps une éventuelle **algoneurodystrophie** ou d'autres complications.

TRAJET DE RETOUR AU TRAVAIL

- Une **prise de contact précoce avec le médecin du travail** est conseillée pour organiser les modalités de la reprise des activités professionnelles et envisager si nécessaire une **adaptation du poste ou des tâches**.
- Une **réorientation professionnelle** est parfois indispensable pour les personnes ayant des emplois physiques, notamment en cas de lésions irréparables ou incomplètement réparables.

Incapacité de travail, rétablissement et trajet de Retour Au Travail

Fiche SYNDROME DU CANAL CARPIEN - ICD-10: G56.0 (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 & SOLLICITATION DE LA MAIN	DURÉE	
	Traitement conservateur	Traitement chirurgical
Travail administratif / peu de sollicitations de la main	Pas d'arrêt de travail	1 à 2 semaines
Travail manuel ou travail physique lourds sollicitant les mains	1 semaine (et éviter les travaux lourds avec la main)	4 à 6 semaines

Facteurs cruciaux permettant d'évaluer la situation du patient

- ✓ **Côté** atteint (dominant ou non) et le degré de sévérité avant la prise en charge
- ✓ Degré d'**utilisation de la main** au poste de travail (maintien d'une posture, gestes répétés, utilisation d'un outil vibrant ...)
- ✓ Possibilités d'adaptation ou de modification du **poste de travail** par l'entreprise, notamment pour les postes très physiques
- ✓ Nécessité de **conduire un véhicule** pour les trajets domicile-travail ou pour le travail lui-même



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.