

## Fracture du tibia et de la fibula

fracture diaphysaire et métaphysodiaphysaire extra articulaire d'un ou deux os de la jambe  
après avis de la HAS\*

*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*		
		Fracture du tibia et de la fibula		Fracture isolée de la fibula traitement orthopédique
		Traitement orthopédique enclouage centromédullaire ou ostéosynthèse par plaque	Traitement par fixateur externe	
Travail sédentaire		28 jours	150 jours	7 jours
Travail physique léger	Charge ponctuelle < 10 kg ou Charge répétée < 5 kg	42 jours		14 jours
Travail physique modéré	Charge ponctuelle < 25 kg ou Charge répétée < 10 kg	120 jours		42 jours
Travail physique lourd	Charge > 25 kg	150 jours	jusqu'à 240 jours	77 jours

\* Durée à l'issue de laquelle la majorité des patients est capable de reprendre le travail.  
Cette durée est modulable en fonction des complications ou comorbidités du patient.

### ► La durée de l'arrêt est à adapter selon :

- la localisation de la (des) fracture(s),
- la gravité de la fracture (ouverte, fermée, déplacée, simple ou complexe...),
- le traitement entrepris (orthopédique, chirurgical – enclouage centromédullaire, ostéosynthèse par plaque, fixateur externe...),
- la durée et les conditions de transport,
- l'âge du patient,
- les éventuelles complications initiales (l'étendue des lésions cutanées, musculaires, vasculaires, nerveuses ou syndrome de loges...),
- les éventuelles complications secondaires.

\* [www.has-sante.fr](http://www.has-sante.fr)

## Fracture du tibia et de la fibula

fracture diaphysaire et métaphysodiaphysaire extra articulaire d'un ou deux os de la jambe  
après avis de la HAS\*

### ► Restauration des capacités fonctionnelles

Une fracture isolée de la fibula est de bon pronostic. La consolidation osseuse peut survenir dans les 6 à 16 semaines.

La récupération de la capacité de résistance de l'os à supporter des charges importantes peut cependant demander plus de temps.



**Votre patient a-t-il reçu une information rassurante pour lui permettre de reprendre ses activités sans appréhension ?**

### ► Reprise des activités professionnelles

Pour une fracture non compliquée chez un patient qui a une activité sédentaire, la reprise du travail peut se faire dès que la position assise est possible.

Si le travail est physique et la fracture grave et complexe, 6 mois peuvent être nécessaires avant la reprise du travail.

La station debout prolongée et la marche peuvent être temporairement limitées. La prise de contact précoce avec le médecin du travail est conseillée pour organiser les modalités de la reprise des activités professionnelles.



**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 ?**

### ► Reprise des activités sportives et de loisir

La reprise des activités doit se faire progressivement après avis du chirurgien.

Une fracture de fatigue chez un adulte sportif peut être traitée avec une attelle, une suppression de l'appui et l'arrêt des activités sportives en cause pendant 6 à 10 semaines.



**Votre patient a-t-il été informé des conditions de reprise des activités sportives et de loisir ?**

Sources : *Guide pratique de traumatologie, J Barsotti.*

*Arrêt de travail en traumatologie, barème indicatif, F Valette.*

*Official Disability Guidelines, 14th Edition, 2009.*

*Medical Disability Advisor, 5th Edition, 2005.*

*Guide d'utilisation des arrêts de travail, Espagne, 2003.*