



Décembre  
2012

## ARRÊT DE TRAVAIL

### Lésions méniscales : 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 *	
			Ménisectomie sous arthroscopie	Réparation méniscale (suture)
Travail sédentaire			10 jours	21 jours
Travail physique léger	Position debout non dominante	Charge ponctuelle < 10 kg ou Charge répétée < 5 kg	14 jours	28 jours
Travail physique modéré	Position debout dominante	Charge ponctuelle < 25 kg ou Charge répétée < 10 kg	21 jours	42 jours
Travail physique lourd		Charge > 25 kg	45 jours	70 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 :

- l'âge du patient,
- le/les ménisque(s) atteint(s), médial ou latéral (une ménisectomie latérale nécessite un arrêt de travail de 28 jours minimum quel que soit le type d'emploi),
- le type de la lésion (traumatique ou dégénérative) et son étendue,
- l'existence de lésions associées (LCA, arthrose...),
- la durée et les conditions de transport,



### Restauration des capacités fonctionnelles

En cas de méniscectomie arthroscopique, si la rééducation kinésithérapique est nécessaire, elle doit débiter immédiatement après l'intervention.

Après suture méniscale, des précautions d'appui sont recommandées jusqu'à 6 semaines après l'intervention et les positions accroupies sont contre-indiquées pendant 12 semaines.

### Reprise des activités professionnelles

Après réparation méniscale et pour des emplois physiques nécessitant des positions accroupies ou à genoux, une prise de contact précoce avec le médecin du travail est conseillée pour adapter temporairement le poste de travail.

### Reprise des activités sportives et de loisir

En cas de méniscectomie arthroscopique, la récupération est en moyenne de 4 à 6 semaines pour toutes les activités sportives.

Après suture méniscale, les sports vigoureux sont proscrits pendant 4 mois. Six mois environ sont nécessaires pour retrouver le niveau antérieur.

► **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 de travail ?**

► **Votre patient a-t-il été informé des délais à respecter avant de reprendre des activités sportives et de loisir ?**

#### Sources :

HAS, Prise en charge thérapeutique des lésions méniscales et des lésions isolées du ligament croisé antérieur du genou chez l'adulte, juin 2008.

Guide d'utilisation des arrêts de travail, Espagne, 2<sup>ème</sup> édition.

Medical Disability Advisor, Reed group, 5<sup>th</sup> Edition, 2005.

National guideline clearinghouse <http://www.guideline.gov/content.aspx?id=14582&search=meniscectomy>.

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