

Ligament croisé antérieur du genou après intervention chirurgicale

après avis de la Haute Autorité de Santé (déc. 2009)

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 vos patients.

Type d'emploi			Durée de référence*
Sédentaire			35 jours
Travail physique léger	Position debout non dominante	Charge ponctuelle < 10 kg Charge répétée < 5 kg	63 jours
Travail physique modéré	Position debout dominante	Charge ponctuelle < 25 kg Charge répétée < 10 kg	180 jours
Travail physique lourd		Charge > 25 kg	

* Durée à l'issue de laquelle la majorité des patients sont capables 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 :

- les temps de station debout ou assise. La durée sera réduite si l'emploi requiert une position assise ;
- le type d'emploi et la possibilité de combiner emploi et rééducation ;
- les possibilités d'adaptation ou de modification du poste de travail par l'entreprise, notamment pour les postes très physiques.

→ Pour vous aider dans la prescription ou le renouvellement de l'arrêt de travail, vous pouvez vous reporter aux échelles fonctionnelles⁽¹⁾ validées par la HAS.

⁽¹⁾ Score IKDC-2000 (International Knee Documentation Committee).

Score ARPEGE (Association pour la Recherche et la Promotion de l'étude du Genou).

Sources : Medical Disability Advisor, 5th Edition, 2008.

Official Disability Guidelines, 2007.

Ligament croisé antérieur du genou après intervention chirurgicale

après avis de la Haute Autorité de Santé (déc. 2009)

► Restauration des capacités fonctionnelles

La phase de réadaptation aux activités de la vie quotidienne dure de 4 à 6 semaines (appui progressif, récupération des amplitudes articulaires...).

Il est conseillé de surélever la jambe dans la journée.

La mobilité totale et indolore revient après 2 mois.



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

► Reprise des activités professionnelles

Le port de charges lourdes est proscrit. L'utilisation d'une orthèse peut être indiquée dans certains cas.



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

Les positions accroupies ou à genoux, les sauts et les mouvements de torsion doivent être évités avant restauration totale de la fonction.



Votre patient a-t-il été informé des délais à respecter avant de reprendre la pratique sportive ?

Délais de reprise après intervention :

- Vélo d'appartement : 6 à 8^{ème} semaine
- Vélo de route sur plat : 2^{ème} mois
- Course à pied et montagne : 3^{ème} mois
- Sports de pivot (tennis, football, surf, basket...) : 6^{ème} mois

Sources : HAS : critères de suivi en rééducation et d'orientation en ambulatoire ou en SSR, janvier 2008.
Medical Disability Advisor, 5th Edition, 2008.