



35<sup>ème</sup> CONGRÈS  
DE MÉDECINE  
ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

5 AU 8 JUIN 2018

PALAIS DES CONGRÈS CHANOT

MARSEILLE

# Lombalgie commune de l'adulte : un programme d'action pluri-medias et multicibles

Audrey Petit (SFMT) – Philippe Petit (Cnam)



# LA LOMBALGIE, AU CARREFOUR DE PLUSIEURS ENJEUX

- **Enjeu de santé publique**

- 84 % de la population française
- 2<sup>ème</sup> rang des consultations en médecine générale

- **Enjeu de santé au travail**

- Une lombalgie sur 5 entraîne un arrêt de travail  
Durée moyenne des arrêts = 2 mois en AT et 1 an en MP

- **Enjeu humain et social**

- 30 % des arrêts de travail de plus de 6 mois
- 1<sup>ère</sup> cause d'exclusion du travail avant 45 ans
- 3<sup>ème</sup> cause d'invalidité pour le régime général

- **Enjeu économique**

- 750 M€ pour le risque maladie (IJ: 323 M€)
- 1 Md€ pour le risque AT-MP (IJ: 580 M€)

- **Enjeu d'opinion**

- Idées reçues : « gravité » et « repos »

# UN GROUPE DE TRAVAIL PLURIDISCIPLINAIRE POUR LA CO-CONSTRUCTION D'UNE ACTION COLLECTIVE

35<sup>ème</sup> CONGRÈS  
DE MÉDECINE  
ET SANTÉ  
AU TRAVAIL



# ELEMENTS CLES DE LA PRISE EN CHARGE (1/4)

## LES DRAPEAUX ROUGES

La lombalgie commune est un **diagnostic d'élimination**.

À tous les stades d'évolution du symptôme, il est recommandé\* de rechercher :

- **Âge d'apparition < 20 ans ou > 55 ans**
- **Antécédent de cancer**
- **Usage prolongé de corticoïdes**
- **Usage de drogue intraveineuse, immunodépression**
- **Traumatisme important récent**
- **Douleur d'horaire non mécanique**
- **Douleur thoracique**
- **Fièvre, altération de l'état général**
- **Déformation structurale importante**
- **Symptôme neurologique étendu (déficit SM, Sd. de la queue de cheval)**



\*« Surveillance médico-professionnelle du risque lombaire pour les travailleurs exposés à des manipulations de charges » Recommandations SFMT-HAS, octobre 2013.

# ELEMENTS CLES DE LA PRISE EN CHARGE (2/4)

## LES DRAPEAUX JAUNES



Rechercher les **facteurs de risque de passage à la chronicité** qui nécessitent une prise en charge thérapeutique adaptée

- **Problèmes émotionnels** : stress, anxiété, dépression, retrait des activités sociales
- **Représentations inappropriées** : danger / handicap grave
- **Comportements inappropriés** : appréhension / évitement d'activités liés à la peur
- **Problèmes liés au travail** : insatisfaction / environnement de travail jugé hostile
- **Problèmes liés à l'indemnisation** : rente, d'invalidité

# ELEMENTS CLES DE LA PRISE EN CHARGE (4/4)

## LES DRAPEAUX BLEUS



Rechercher les **facteurs de risque d'incapacité prolongée au travail** qui nécessitent une concertation entre les acteurs du retour au travail

- *Charge de travail physique élevée*
- *Forte demande au travail et faible contrôle sur le travail\**
- *Manque de capacité à modifier son travail\**
- *Manque de soutien social\**
- *Insatisfaction au travail\**
- *Stress au travail\**
- *Pression temporelle ressentie\**
- *Faible espoir de reprise du travail*
- *Peur de la rechute*

\*Évaluables grâce à l'auto-questionnaire de Karasek

# ELEMENTS CLES DE LA PRISE EN CHARGE (3/4)

## PREVENIR LE PASSAGE A LA CHRONICITE

### Jusqu'à 4 à 6 semaines - 90 % des patients

- Réassurance
- Poursuite des activités physiques et si possible professionnelles
- Pas d'examen complémentaire (*sauf si drapeaux rouge*)
- Traitement symptomatique de la douleur

### Après 4 à 6 semaines

- Réévaluation clinique : drapeaux rouges et drapeaux jaunes
- Rééducation active
- Discuter imagerie et/ou avis spécialisé si nécessaire
- Si arrêts de travail répétés / prolongés :
  - ↪ Recherche obstacles au retour au travail : drapeaux bleus
  - ↪ Concertation avec le SST et le service médical de l'Assurance maladie

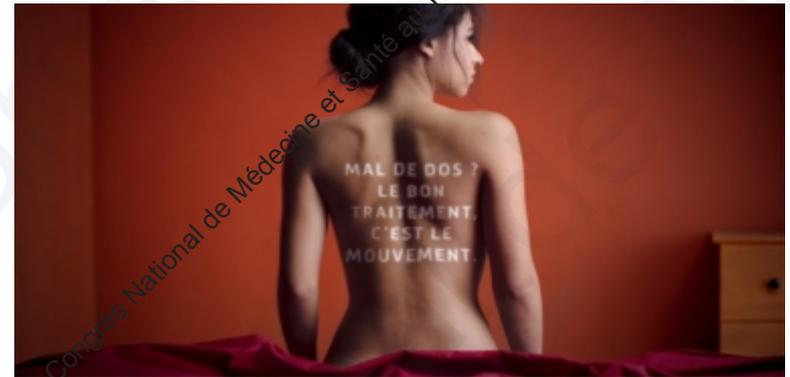
# LES OBJECTIFS DU PROGRAMME DE SENSIBILISATION

- **Installer 1 idée :**

« Une lombalgie commune, ça fait mal mais ce n'est pas grave : la douleur disparaît en quelques jours »

- **Faire vivre 1 principe :**

« Le maintien d'une activité physique ou sa reprise précoce améliore la rapidité de la guérison »



# UNE ACTION MULTICIBLE AVEC PLUSIEURS VOILETS

35<sup>ème</sup> CONGRÈS  
DE MÉDECINE  
ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

## ○ A destination des médecins généralistes

- des visites des délégués de l'Assurance Maladie dès novembre 2017
- avec remise de livrets (livret MG et livret patient)

## ○ Un accompagnement des assurés

- un livret patient
- une application mobile « Activ'Dos »



## ○ Une campagne grand public

- une campagne nationale multimédia

## ○ Des actions auprès des entreprises en 2018 avec les Carsat



# LOMBALGIE ET TRAVAIL

167 000

accidents de travail  
lombalgie en 2015

+ 2 300 par an  
depuis 10 ans

20 %  
du nombre total  
d'accidents  
du travail



Depuis 2005, la part des lombalgies dans le total des accidents du travail a augmenté de 13 % à près de 20 %



# LA CAMPAGNE ENTREPRISES : OBJECTIFS ET ENJEUX

- Sensibiliser les employeurs sur l'enjeu
- Les encourager à mettre en place une démarche de prévention primaire à partir des solutions existantes (TMS pro, cadre vert...)
- Donner les clés pour mieux gérer la prévention secondaire à l'ensemble des parties prenantes (employeurs, salariés, médecins...)



- Une approche qui combine : prévention, prise en charge et adaptation du poste de travail
- Une mise en relation nécessaire de l'ensemble des acteurs : MG, MT, MC, employeur et salarié
- Un ciblage prioritaire des secteurs sinistrogènes : BTP, transport & logistique, gestion des déchets, aide et soins à la personne

# LA CAMPAGNE ENTREPRISES : DEMARCHE MISE EN PLACE

En cours : concertation avec l'ensemble des acteurs concernés (INRS, OPPBTP, SIST, fédérations professionnelles...)

Pour :

- élaborer les messages à destination des employeurs et de leurs salariés, déclinés par secteur
- identifier les outils les plus pertinents
- mobiliser les relais

**Lancement de la campagne « Entreprises » : novembre 2018, précédée d'un volet d'information à destination des professionnels de santé (médecins généralistes, médecins du travail, médecins conseils)**

→ Mise à disposition un kit de communication et déploiement d'une campagne média



35<sup>ème</sup> CONGRÈS  
DE MÉDECINE  
ET SANTÉ  
AU TRAVAIL

5 AU 8 JUIN 2018

PALAIS DES CONGRÈS CHANOT

MARSEILLE



## Lombalgie commune de l'adulte : un programme d'action pluri- -medias mis en place par l'Assurance maladie

*Temps d'échanges*

