



Programme de restauration fonctionnelle du rachis : Partenariat et complémentarité pour un retour vers l'emploi

INTRODUCTION

- La Lombalgie Chronique Non Spécifique (LCNS)
- Modèle bio-psycho-social
- Nécessité d'une pluridisciplinarité, transversalité et complémentarité des intervenants



HISTOIRE DE LA MALADIE

- Monsieur Y., 44 ans
- Mal de dos depuis une vingtaine d'années
- Lombosciatalgie gauche en 2004, arrêt de travail de 2 mois et demi. Reprise avec restrictions non respectées
- Lombalgies résiduelles intermittentes avec 3 épisodes aigus résolutifs en 10-15 jours durant 8 ans
- Lombalgie aigue en Février 2012 en fin de journée de travail, non déclarée en accident du travail
- Evolution sur un mode subaigu puis chronique



PARCOURS DE SOINS

- Médecin généraliste à plusieurs reprises
- Hospitalisation en rhumatologie pour infiltrations et élongations en Avril 2012, sans effet
- Avis chirurgical sollicité, pas d'indication
- Radios simples et 2 IRM (Février et Août 2012)
- 70 séances de kinésithérapie plutôt passives
- Ostéopathe à 5 reprises avec effet temporaire modéré
- Achat d'une ceinture lombaire



PARCOURS DE SOINS

Visite de contrôle avec le médecin conseil en Juin 2012



Visite de préreprise avec le médecin du travail en Juillet 2012



Conseille de déposer
une demande de RQTH
Non fait car peur des
conséquences

Sollicitation via le
médecin généraliste
d'une consultation
avec médecin MPR

Inaptitude
Temporaire



Consultation MPR en Septembre 2012



Journée d'inclusion en Octobre 2012



Programme de 5 semaines en hospitalisation complète en Janvier_Fevrier 2013

EVALUATION MPR PLURIDISCIPLINAIRE

1. Confirmer la lombalgie chronique commune et l'absence de thérapeutique « spécifique »



2. Repérer les antécédents significatifs

Ligamentoplastie du genou gauche à 21 ans ->Gonalgies mécaniques séquellaires depuis 3-4 ans

Tabagisme actif 26 PA

Prise de 10 kg en 2 ans, IMC à 29



3. Décrire les répercussions bio-psycho-sociales et évaluer le syndrome de déconditionnement



EVALUATION MPR PLURIDISCIPLINAIRE

- ☑ Marié, 2 enfants âgés de 21 et 17 ans, épouse en activité
- ☑ Plaquiste / maçon dans une grosse entreprise de BTP (+ de 30 salarié). A toujours travaillé dans le bâtiment. Formation initiale de CAP Maçonnerie. Sentiment d'un manque de reconnaissance professionnelle
- ☑ Arrêt de travail depuis Février 2012, IJ, perte de salaire partiellement compensée par assurance des prêts
- ☑ Stratégie d'adaptation dans les AVQ
- ☑ Réduction des activités de loisirs et restrictions de participation sociale



Monsieur Y.
 Taille : 171 IMC : 29

	INCLUSION	FIN DU PROGRAMME		
VO2 max	28,7 ml/m/kg (80%)	35,8 ml/m/kg	+ 7,1 ml/m/kg	
P max	185 watt (85%)	219 watt	+ 34 watt	
SMR	+ 4cm			
DDS	+ 31cm	+ 3cm	- 28cm	
DTF	+ 6cm à droite + 12cm à gauche	0cm à droite + 5cm à gauche	- 6cm à droite - 7cm à gauche	
EJT	65° à droite 60° à gauche	80° à droite 80° à gauche	+ 15° à droite + 20° à gauche	
Sorensen	0 sec	1'18 sec	+ 1'18sec	
Shirado	14 sec	> 2'30 sec	- 11,7 sec	
PILE	9%	80%	71%	
EVAL	25 à 75 mm/100	30 mm		
EVAR	0 mm	0 mm		
Kinésiophobie	47/68, significatif	31/68, non significatif	- 16 / 68	
Niveau A.P.	16/40 Profil actif bas	21/40 Profil actif	+ 5 / 68	
FABQ				
	Physique	12 / 24		
	Travail	38 / 42		
EIFEL	19 / 24	1 / 24	- 18 / 24	
QUEBEC	49 / 100	12 / 100	- 37 / 100	
DALLAS				
	AVQ	78%	25%	-53%
	APL	75%	30%	-45%
	Anxiété/Dépression	40%	12%	-28%
	Sociabilité	50%	5%	-45%
Score HAD				
	Anxiété	13	6	-7
	Dépression	8	5	-3

EVALUATION MPR PLURIDISCIPLINAIRE

4. Etablir un diagnostic éducatif pluridisciplinaire

Les compétences d'adaptation et d'autosoins en lien avec la LCNS sont évaluées

EVALUATION PLURIDISCIPLINAIRE DES COMPETENCES

COMPETENCES D'ADAPTATION	Le 15/10/2012				Le 22/02/2013			
	Non évalué	A	ECA	NA	Non évalué	A	ECA	NA
Lève les peurs et les croyances en matière de lombalgie chronique, d'activité physique, de port de charge, de traitement, ...				X		X	X	
Se connaître soi-même et avoir confiance en soi				X			XX	
Repère les situations génératrices de stress et modifie son comportement			X				XX	
Repère l'incidence des aspects psycho-émotionnels sur son corps				X		XX		
Adapte ses activités en fonction de ses capacités biopsychosociales				X		X	X	
Rencontre les intervenants extérieurs (médecins du travail, employeur, coéquipier sportif ...)				X			X	X
Explique ses motivations et capacités à son entourage et aux intervenants extérieurs				X		X	X	
Réagit de façon adaptée face à une exacerbation de la douleur				X		X	X	
Définit des objectifs personnels, professionnels clairs et réalisables				X		XX		
S'observe et s'évalue				X		X	X	
COMPETENCES D'AUTOSOINS	Non évalué	A	ECA	NA	Non évalué	A	ECA	NA
Développe des techniques d'étirements, de renforcement musculaires, réadaptation à l'effort, de relaxation ...				X		X	X	
Respecte l'observance du traitement		X				XX		
Etablit un plan individualisé d'activités (quotidiennes, de loisir, sportives)				X		XX		
Identifie des structures pouvant faciliter le plan individualisé (associations, clubs de sport, aide à l'emploi ...)				X		X	X	
Adopte un comportement adapté en fonction de ses choix et de ses capacités dans les sphères personnelles et professionnelles				X		X	X	
Identifie les aidants au sein de l'entourage et repère leurs éventuelles croyances en matière de lombalgie chronique	X					XX		
Développe des connaissances sur la lombalgie chronique, la douleur chronique, l'activité physique, le milieu professionnel				X			X	X
Restitue ces connaissances				X			X	X
Comprend le bénéfice du programme sur sa lutte contre le déconditionnement biopsychosocial			X			XX		
Connaît les droits et devoirs de chacun				X		X	X	
Envisage la conduite à tenir en cas de complications				X		X	X	

EVALUATION MPR PLURIDISCIPLINAIRE

5. **Informer le patient sur la démarche proposée, ses principes et objectifs.**

Apprécier sa motivation et rechercher son adhésion



LE PRDPLC

Des règles, des principes

- Patient acteur de sa prise en charge, actif, motivé...
- Equipe pluridisciplinaire formée à l'ETP, travaillant en interdisciplinarité et ayant un discours homogène
- Objectifs concrets, personnalisés, évalués, réajustés...
- Entourage impliqué : proches, amis, médecin généraliste, médecin du travail...



LE PRDPLC

Des objectifs et des moyens

- Retrouver les capacités physiques
- Modifier son comportement, ses représentations et croyances liées à la LCNS
- Développer des compétences d'autosoins et d'adaptation par rapport à la LCNS
- Restaurer des capacités fonctionnelles, en gérant sa douleur, dans les AVQ, les loisirs, la vie sociale et professionnelle



Le projet socioprofessionnel est évoqué dès la journée d'inclusion, il est indissociable du projet global de soins. Le dispositif Comète travaille en interdisciplinarité avec les autres membres de l'équipe mais également avec de nombreux partenaires extérieurs : services de santé au travail, MDPH, Services sociaux et d'entreprises, organismes collecteurs, fournisseurs, auto-école...

- Bilan de la situation socioprofessionnelle
- Mises en situation professionnelle au sein du CRRF.
- Demande de RQTH pour la gonarthrose
- Liaison avec le médecin du travail et demande de visite de pré-reprise pendant le programme
- Recueil de l'avis du médecin du travail : maintien dans l'emploi possible mais à un autre poste
- Recherche de solutions de reclassement au sein de l'entreprise en collaboration avec le médecin du travail et l'employeur
- Recherche de financements pour formation CACES (DIF, AGEFIPH)
- Reprise du travail en Mai 2013 pour la formation CACES
- Reprise du travail comme conducteur d'engin en Juin 2013



CONCLUSION

PLURIDISCIPLINARITE COMPLEMENTARITE PARTENARIAT

Le patient
L'entourage
Médecins correspondants
Equipe pluridisciplinaire
Service de santé au travail
...



CONCLUSION

- ✓ Discours homogène, cohérent entre tous
- ✓ Dédramatiser
- ✓ Eviter les recommandations contraignantes
- ✓ Souligner les bienfaits de l'activité physique
- ✓ Etre sensibilisé à l'importance des facteurs psychosociaux dans la chronicisation et repérer les situations à risque
- ✓ Encourager le retour rapide à une activité dans les périodes aiguës



Merci de votre attention
