

Lombalgie commune et prise en charge pluridisciplinaire : prévenir le passage à la chronicité et favoriser le maintien de l'activité professionnelle

La lombalgie aiguë commune est une pathologie très fréquente dont le pronostic est le plus souvent favorable. Pourtant, 7 %¹ de ces lombalgies deviennent chroniques : leur prise en charge est complexe et le risque de désinsertion sociale et professionnelle est élevé. Pour éviter ce passage à la chronicité, le maintien des activités quotidiennes, ainsi que la participation active du patient à sa prise en charge sont les éléments clefs d'une évolution favorable. En cas de risque de chronicité, il est utile d'envisager une prise en charge pluridisciplinaire comme l'indique la HAS dans ses recommandations récemment publiées². Afin d'accompagner la pratique de l'ensemble des professionnels concernés par la lombalgie commune (médecins traitants, médecins spécialistes, masso-kinésithérapeutes, services de santé au travail), l'Assurance Maladie revient sur ces éléments clefs de la prise en charge coordonnée en diffusant une nouvelle brochure synoptique d'informations.

Lombalgie aiguë commune : le maintien des activités est essentiel pour éviter le passage à la chronicité

Second motif de consultation en médecine générale³, la lombalgie aiguë commune évolue favorablement dans la majorité des cas. Si les médecins généralistes sont en première ligne pour accompagner les patients lombalgiques, d'autres disciplines entrent en jeu dans le parcours de soins, en particulier en présence de facteurs de risque de passage à la chronicité. Dans ce contexte, l'enjeu est de favoriser le retour précoce aux activités quotidiennes (personnelles et professionnelles) grâce à la mise en place d'une kinésithérapie active. S'appuyer sur des éléments partagés de prise en charge et sur une bonne coordination entre professionnels de santé est déterminant pour prévenir la chronicisation des symptômes et accompagner le patient vers la guérison.

Favoriser le maintien de l'activité professionnelle et éviter la désinsertion professionnelle : une collaboration nécessaire entre le médecin traitant, le médecin du travail et l'Assurance Maladie

Le Pr Fautrel, rhumatologue à la Pitié-Salpêtrière à Paris insiste sur l'importance du maintien en emploi des salariés lombalgiques. « *Le travail fait partie des activités quotidiennes, essentielles pour maintenir son dos en bonne santé. L'arrêt maladie, s'il est nécessaire, doit être le plus court possible afin que le patient puisse continuer ses activités de loisir mais aussi poursuivre son travail, celui-ci participant à la guérison. C'est pourquoi, la coordination entre professionnels de santé pour proposer une visite de pré-reprise ou anticiper l'adaptation du poste de travail est essentielle pour permettre au patient-travailleur de maintenir ou de reprendre son travail le plus tôt possible* ».

Afin de faciliter les relations entre le patient, le médecin traitant, le médecin conseil et le médecin du travail, l'Assurance Maladie met en place une nouvelle offre de service : le conseiller service, agent du service médical auprès de la CPAM. A la demande du médecin traitant, celui-ci peut intervenir auprès du patient

¹ Poiraud S, Lefevre-Colau MM, Fayard F, et al. Low back pain. EMC-Rhumatol Orthop. 2004, Vol. 1:295-319.

² https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_2961499/fr/prise-en-charge-du-patient-presentant-une-lombalgie-commune

³ Cherin P. et de Jaeger C., « La lombalgie chronique : actualités, prise en charge », Chronic low back pain: News and treatment, septembre 2011.

pour faciliter ses démarches auprès du médecin du travail et du service social de l'Assurance Maladie. Il peut aussi organiser une consultation du patient auprès du médecin-conseil si nécessaire.

« Optimiser le parcours de soins du patient lombalgique en cohérence avec les recommandations médicales est une priorité pour l'Assurance maladie. Au regard de leur rôle de facilitateurs, les conseillers service s'inscrivent dans cette démarche. Ce service favorise aussi bien une médecine de proximité auprès des patients qu'une médecine efficace, sobre et partagée entre les acteurs de santé » précise le Pr Olivier Lyon-Caen, Médecin-conseil national de l'Assurance Maladie.

Les documents d'aide à la pratique pour tous les professionnels de santé concernés

Dans le cadre du programme global de lutte contre la lombalgie commune et en cohérence avec les recommandations HAS, l'Assurance Maladie publie une nouvelle brochure d'informations : « Lombalgie aiguë commune : comment orienter la prise en charge pluridisciplinaire et favoriser la reprise de l'activité professionnelle ». Elaborée conjointement par le Collège de la médecine générale, la Société française de rhumatologie, la Société française de médecine physique et de réadaptation, la Société française de médecine du travail et le Collège de la masso-Kinésithérapie, cette brochure synoptique est destinée à accompagner la pratique de tous les professionnels de santé concernés par la prise en charge de la lombalgie commune à la fois les médecins traitants, les spécialistes, les masso-kinésithérapeutes, les services de santé au travail... Téléchargeable sur www.ameli.fr, elle sera remise par les délégués de l'Assurance Maladie aux professionnels de santé concernés à partir de la mi-juin.



Une fiche Mémo élaborée par la HAS « Prise en charge du patient présentant une lombalgie commune » guide les professionnels de santé dans les différentes étapes du diagnostic et du traitement du patient lombalgique.

https://www.has-sante.fr/portail/jcms/c_2961499/fr/prise-en-charge-du-patient-presentant-une-lombalgie-commune

Les autres documents d'informations disponibles et téléchargeables sur ameli.fr



Une brochure d'information pour les professionnels de santé, qui reprend les éléments essentiels pour prévenir le passage à la chronicité de la lombalgie commune.

A télécharger ici :

https://www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/346618/document/lombalgie-professionnels-de-sante_assurance-maladie.pdf



Un livret qui répond à toutes les questions que peuvent se poser les patients sur la lombalgie et apporte des conseils pratiques à mettre en place au quotidien.

A télécharger ici :

https://www.ameli.fr/sites/default/files/Documents/346615/document/lombalgie-que-faire_assurance-maladie.pdf



Une application mobile gratuite Activ'Dos, pour aider les personnes à prendre soin de leur dos au quotidien. Activ'Dos propose une soixantaine d'exercices de relaxation, d'étirements et de musculation à réaliser au travail ou à la maison, complétés par de nombreuses vidéos des bons gestes de tous les jours. L'application a rencontré son public puisque plus de 300 000 personnes l'ont déjà téléchargée.

Une nouvelle campagne grand public « Pour que le mal de dos s'arrête, mieux vaut ne pas s'arrêter »

L'Assurance Maladie repart en campagne et sensibilise le grand public au maintien des activités quotidiennes et professionnelles. « Pour que le mal de dos s'arrête, mieux vaut ne pas s'arrêter ». Ce nouvel opus vient compléter le message de 2017 : en cas de mal de dos, « le bon traitement, c'est le mouvement », en cohérence avec les recommandations médicales. L'objectif, en concertation avec les sociétés savantes et les collègues professionnels, est de poursuivre la lutte contre les idées reçues, menée depuis 2017, en encourageant les personnes qui souffrent du dos à continuer leur vie normalement, y compris en maintenant leur activité professionnelle.

La campagne se déploiera en télévision et sur le web à partir du 19 mai : les vidéos de 30 et 12 secondes se déclineront en affichage digital dans les gares et les cabinets médicaux. Des chroniques d'information seront également diffusées sur RTL.



Pour retrouver la page Facebook dédiée à la lombalgie c'est ici :

<https://www.facebook.com/maldedos.lebonmouvement/>

Pour suivre toutes les informations de l'Assurance Maladie, rendez-vous ici :

https://twitter.com/amel_actu

A propos de la Caisse nationale de l'Assurance Maladie (Cnam)

La Caisse nationale de l'Assurance Maladie (Cnam) gère, au niveau national, les branches Maladie et Risques professionnels du régime général de Sécurité sociale. Avec plus de 2 200 salariés, elle constitue la tête de pont opérationnelle du régime d'assurance maladie obligatoire en France et d'assurance contre les accidents du travail et maladies professionnelles. Elle pilote, coordonne, conseille et appuie l'action des organismes locaux qui composent son réseau (CPAM, DRSM, Ugecam, Carsat, Cramif, CGSS...). Sa branche Risques professionnels conduit un projet global de gestion des risques liés au travail. Elle exerce trois missions complémentaires : prévention des risques, indemnisation des victimes de maladie professionnelle, accident du travail ou de trajet et tarification des entreprises. Pour mettre en œuvre sa mission de prévention, l'Assurance Maladie – Risques professionnels s'appuie sur un réseau de caisses régionales (Carsat, Cramif ou CGSS en outre-mer), ainsi que sur l'Institut national de recherche et de sécurité pour la prévention des accidents du travail et des maladies professionnelles (INRS). L'action de l'INRS s'articule autour de quatre missions complémentaires : études et recherche, assistance, formation, information.

CONTACTS PRESSE :

Eline Sorba – eline.sorba@lauma-communication.com – 01 73 03 05 26

Emmanuelle Klein – emmanuelle.klein@lauma-communication.com – 01 73 03 05 22

Laurent Mignon – laurent.mignon@lauma-communication.com – 01 73 03 05 21