

Fiche d'information

Foulure de l'épaule

Aussi appelée :

Foulure de l'articulation acromio-claviculaire,
foulure de la coiffe des rotateurs

Qu'est-ce que c'est?

L'irritation de l'articulation acromio-claviculaire est une cause commune de douleur à l'épaule. L'articulation peut être irritée ou arthritique. Elle devient irritée comme à la suite de forces excessives ou anormales qui sont exercées sur elle, comme dans le cas d'une épaule bloquée. Ceci donne lieu à un mouvement de compensation excessif dans l'articulation. Une articulation arthritique peut se manifester par suite de mouvements perturbés de manière chronique ou d'un traumatisme.

Le diagnostic

Il est possible que le travailleur éprouve une douleur croissante à l'activité et de la douleur la nuit; il sera ainsi incapable de dormir sur l'épaule affectée. Il est possible que la douleur irradie sur toute la poitrine, descende le long du bras et remonte jusque dans le cou. Il est aussi possible de discerner une douleur superficielle à la pointe de l'épaule.

Que rechercher?

L'irritation de l'articulation acromio-claviculaire peut résulter d'une chute sur l'épaule affectée. Il peut y avoir de la douleur localisée, une sensibilité ou une protubérance sur l'articulation. Le test d'adduction horizontale provoquera de la douleur.

Le traitement

Le port d'une attelle peut s'avérer nécessaire ainsi que l'administration d'analgésiques. La personne doit faire des exercices pour faciliter l'amplitude du mouvement et reprendre ses activités dans la mesure où elle peut les tolérer.

Tests

Un examen physique.

Common Medications

Anti-inflammatoires

Injection dans l'articulation acromio-claviculaire

Date prévue de reprise du travail

Réexamen dans deux à trois semaines. Si la personne ne réagit pas bien aux médicaments, envisager un essai de conditionnement au travail pendant quatre à six semaines. Adresser le cas à un spécialiste si la réponse n'est pas satisfaisante.

Classification des postes Minimum / Maximum - Reprise du travail

Travail sédentaire	0 à 21 jours
Travail léger	0 à 21 jours
Travail moyen	7 à 28 jours
Travail lourd	14 à 28 jours
Travail très lourd	14 à 28 jours

Après un traitement chirurgical

Classification des postes Minimum / Maximum - Reprise du travail

Travail sédentaire	10 à 35 jours
Travail moyen	21 à 45 jours
Travail lourd	21 à 84 jours

Restrictions / Adaptations au niveau du travail

Modification des fonctions liées au poste, au besoin. Reprise des activités et tâches liées au travail dès que la personne peut les tolérer.