

BIENVENUE AU PROGRAMME DE RÉTABLISSEMENT

Le Programme de rétablissement offre des services de réadaptation professionnelle de qualité axés sur le client pour répondre à ses besoins physiques, fonctionnels, psychosociaux et médicaux en vue de faciliter un retour au travail efficace et en toute sécurité.

Le Programme utilise une approche d'équipe pour dispenser les services.

ÉQUIPES DE RÉADAPTATION PROPRE AU TRAVAIL

Équipes de travail sédentaire / léger et équipes de travail moyen / lourd

Un traitement est offert pour favoriser le rétablissement afin d'aider les clients à répondre aux exigences d'un travail sédentaire et léger (commis, caissier, etc.) ou d'un travail moyen et lourd (ouvrier, camionneur, fournisseur de soins de santé, etc.). La réadaptation est conçue pour rétablir la fonctionnalité, augmenter la force, améliorer le conditionnement, réduire la douleur et répondre aux préoccupations afin d'aider les clients à retourner au travail rapidement et en toute sécurité.

ÉQUIPES SPÉCIALISÉES

Troubles consécutifs aux traumatismes cumulatifs

Des traitements sont offerts aux clients atteints de lésions attribuables au travail répétitif aux membres supérieurs entraînant de la douleur au cou, aux épaules, aux coudes ou aux poignets. L'équipe de traitement concentre ses efforts sur l'autogestion efficace de la douleur et d'autres symptômes, les exercices, l'éducation, l'amélioration de l'ergonomie du milieu de travail et l'utilisation de techniques de travail sécuritaires.

Syndrome de douleur régionale complexe

Une approche spécialisée de traitements est offerte aux clients atteints du syndrome de douleur régionale complexe, également connu

sous le nom de dystrophie sympathique réflexe. L'équipe concentre ses efforts sur le traitement de la douleur au moyen de modalités physiques, d'interventions pharmaceutiques, de techniques de désensibilisation et d'un service d'aide psychologique. La réadaptation comprend également des techniques pour améliorer la fonctionnalité, comme la tolérance à la mise en charge, les exercices et les activités fonctionnelles.

Traumatismes crâniens légers

Une équipe offre une réadaptation cognitive et des traitements axés sur les symptômes physiques, tels que des troubles d'équilibre et des maux de tête, aux clients atteints du syndrome post-commotion cérébrale ou ayant subi un traumatisme crânien léger. Les services comprennent également des exercices, des modalités physiques, des tâches fonctionnelles et un service d'aide psychologique pour préparer les clients à retourner au travail.

Blessures psychologiques traumatiques

Une équipe offre des traitements psychologiques et fonctionnels, y compris la thérapie par l'exposition, aux clients qui ont été victimes ou témoins d'un événement traumatique au travail (agression, vol, accident de véhicule à moteur, etc.) qui comprenait la mort ou une blessure grave, ou bien un risque de mort ou de blessure grave, et qui a entraîné une détresse psychologique non résolue. Les services comprennent également de l'éducation, des stratégies d'adaptation, des exercices et des modalités physiques, au besoin, afin de préparer les clients à retourner au travail.

Protocole de gestion des blessures au dos

Des traitements sont offerts aux clients qui ont subi une lésion musculo-squelettique au dos. Les clients sont affectés à une équipe qui compte un physiothérapeute ayant de l'expérience et des connaissances spécialisées dans l'évaluation et le traitement des blessures au bas du dos. Ils reçoivent des traitements détaillés afin de les préparer à retourner au travail. Lorsque cela est indiqué, ils pourraient être dirigés directement vers un chirurgien orthopédiste en vue d'une consultation.



Protocole de gestion des blessures à l'épaule

Des traitements sont offerts aux clients qui ont subi une lésion musculo-squelettique à l'épaule. Les clients sont affectés à une équipe qui compte un physiothérapeute ayant de l'expérience et des connaissances spécialisées dans l'évaluation et le traitement des blessures à l'épaule. Ils reçoivent des traitements détaillés afin de les préparer à retourner au travail. Lorsque cela est indiqué, ils pourraient être dirigés directement vers un chirurgien orthopédiste en vue d'une consultation.

Réduction des opiacés (clients ayant un but en matière de retour au travail et ceux sans but)

Les services visent à éliminer l'usage inapproprié ou excessif des opiacés en enseignant des stratégies pour faire face à la douleur, en établissant un programme en vue de réduire ou d'éliminer la consommation de médicaments, et en aidant à acquérir des habiletés d'adaptation. De plus, on montre aux clients des activités qui favorisent le conditionnement physique et le rétablissement des fonctions. Ces services de réduction des opiacés sont offerts aux clients ayant un but en matière de retour au travail ainsi qu'à ceux sans but, par exemple les clients recevant des prestations d'invalidité à long terme.

Retour au travail plafonné

Ce service a pour but de déterminer les obstacles qui empêchent les progrès dans le cadre d'un programme de retour au travail, qu'ils soient de nature physique, médicale, fonctionnelle ou psychosociale, et de trouver des stratégies afin de les éliminer.

Consultation multidisciplinaire

Ce service a pour but d'offrir une consultation interdisciplinaire, y compris des évaluations médicales, psychosociales, physiques et fonctionnelles globales pour ensuite faire des recommandations quant au plan de traitement pour aider à la gestion future des soins médicaux.

AUTRES SERVICES

- **Envisager un changement / Thérapie de l'augmentation de la motivation** : Les clients reçoivent les outils et les compétences qui leur permettront de surmonter les obstacles communs au changement (aborder les monologues intérieurs négatifs; comportement d'évitement; déterminer les obstacles physiques et psychologiques liés à la socialisation; maintenir un mode de vie sain; etc.). Ce traitement augmente les chances que le client prendra une part « active » à sa vie et à l'autogestion de sa douleur.
- **Conditionnement au travail** : Des services qui sont offerts aux clients dans la phase subaiguë de leur rétablissement. Les services sont axés sur les exercices, l'éducation et les tâches de travail en vue de préparer le client à retourner au travail rapidement et en toute sécurité.
- **Examen médical**
- **Assistance socio-psychologique**
- **Conseils nutritionnels**
- **Ergothérapie**, y compris l'élaboration d'un programme de retour graduel au travail et une évaluation en vue d'une allocation pour soins à domicile

- **Physiothérapie**, y compris la neurostimulation transcutanée et le biofeedback
- **Évaluation de la mobilité**

SÉANCES D'ÉDUCATION DE GROUPE PERSONNALISÉES

- Comprendre la douleur
- Comprendre les pratiques de travail sécuritaires
- Les bienfaits de l'exercice
- Le sommeil réparateur
- La gestion du stress et les techniques de relaxation
- La nutrition depuis votre blessure
- Les loisirs et le mode de vie
- Enseignement de la relaxation, y compris le tai-chi
- Techniques de déplacement pour les travailleurs de la santé

ÉQUIPE DE TRAITEMENT

Coordonnateur / Chef d'équipe : Il coordonne le programme de traitement et maintient un contact avec le gestionnaire de cas.

Médecin : Il effectue un examen médical complet, confirme le diagnostic, renseigne le client sur son état de santé et maintient un contact avec le médecin de famille. Le médecin surveille la condition médicale du client tout au long du programme de traitement.



Ergothérapeute : Il évalue les capacités à effectuer des activités liées au travail et indique des tâches qui donneront de la force et de l'endurance pour améliorer les fonctions nécessaires aux exigences de travail ou l'employabilité. Dans le cas du traitement, il enseigne des stratégies d'adaptation pour gérer la douleur et des techniques pour travailler en toute sécurité.

Physiothérapeute : Il présente un programme de traitement, y compris des exercices, de l'éducation et diverses autres techniques, qu'il établit d'après une évaluation physique globale. Le traitement vise à reprendre la flexibilité, des forces et un conditionnement général ainsi qu'à enseigner des techniques d'autogestion des symptômes en vue d'une préparation au retour au travail.

Psychologue ou travailleur social : Il offre un soutien aux travailleurs blessés au moyen de séances individuelles ou de groupe. Il traite des questions comme la gestion du stress, les troubles du sommeil, la gestion de la douleur, les habiletés d'adaptation pour faire face à la crainte relativement à la réapparition de la blessure ou tout autre obstacle pouvant empêcher le retour au travail.

Agent de conditionnement physique et des loisirs : Il offre des conseils en conditionnement physique, des séances d'exercices et des activités de loisirs afin d'encourager une vie active et saine.

S'il y a lieu, les services d'une infirmière et d'une diététiste peuvent également être offerts.

RENSEIGNEMENTS

Pour obtenir de plus amples renseignements sur le programme, veuillez communiquer avec le gestionnaire du Programme de rétablissement au numéro sans frais 1 800 999-9775. Télécopieur : 506 642-0723.

Nous vous invitons à consulter notre site Web à l'adresse travailsecuritaire.nb.ca. Sous l'onglet « Soins de santé », cliquez sur l'icône « Centre de rééducation de Travail sécuritaire NB ».