

Fiche 27 : Les hépatites

Présentation

Définition

L'hépatite correspond à une inflammation du foie. Différents types d'hépatites existent. La plupart de celles-ci disparaissent spontanément (sans utilisation de médicaments). Si la maladie persiste plus de 6 mois, on parlera d'**hépatite chronique**.

Deux causes :

- l'infection à un virus
- l'ingestion de produits toxiques pour le foie (alcool, produits chimiques, produits toxiques, médicaments, etc.).

Les 3 types d'hépatite virale les plus fréquentes :

- **Hépatite A (VHA)**. Cette hépatite virale est transmise par le virus contenu dans de l'eau ou des aliments contaminés. Cette transmission est due aux matières fécales d'une personne porteuse de la maladie et qui aurait touché de la nourriture par exemple. Elle disparaît en quelques semaines et ensuite la personne est immunisée. Aucun traitement n'est nécessaire, à part du repos et une alimentation équilibrée. Mais elle peut entraîner des symptômes très importants en phase aiguë (qui pourraient engendrer une incapacité de travail).
- **Hépatite B (VHB)**. Cette hépatite virale se transmet par le sang et lors de rapports sexuels. Seuls 20 % des personnes infectées le restent de façon chronique et sont alors « porteuses » du virus. Ces derniers risquent de développer une cirrhose du foie ou un cancer du foie.
- **Hépatite C (VHC)**. 80 % des contaminés développent une hépatite chronique. La transmission se fait par contact avec le sang contaminé, c'est-à-dire lors de contact sang à sang. Les traitements actuels sont très efficaces et permettent la guérison en 3 à 6 mois. Mais de nombreuses personnes atteintes de ce type de virus vont développer

une inflammation du foie qui va s'aggraver au fil du temps. Elle correspond à la plus importante cause de transplantation du foie. En effet, les porteurs de la maladie, avec le temps, développent une cirrhose (maladie irréversible du foie) et parfois un cancer du foie.

Dernièrement, des avancées thérapeutiques permettent en Belgique d'augmenter le pourcentage de guérison de l'hépatite C.

Des hépatites D, E, G existent également mais sont moins rencontrées.

Symptômes :

Dans la majorité des cas, aucun symptôme ne se déclarera lorsque la personne est contaminée par une hépatite. Néanmoins, il est possible qu'elle présente de la fatigue, des nausées, de la fièvre, une perte d'appétit, des maux de tête, des urines foncées, des douleurs articulaires, de la jaunisse.

Evolution des hépatites B et C

La fibrose du foie (cicatrisation des cellules du foie en cellules fibreuses qui vont désorganiser l'architecture du foie). A un stade avancé, cette fibrose se transforme en cirrhose. La progression de la fibrose est différente selon les personnes infectées.

Une personne sur 5 atteinte d'hépatite C et qui ne suit pas de traitement a une cirrhose. Pour un tiers de ces personnes, la cirrhose se déclarera avant 20 ans de développement de la fibrose.

Hépatite et emploi

Les symptômes liés à une hépatite C peuvent prendre des années à se déclarer. En Belgique, on estime que la moitié des personnes contaminées l'ignore. Durant cette période, le travailleur n'éprouvera pas de difficulté dans son travail, si ce n'est une fatigue accrue dans certains cas. La maladie ne posera des problèmes qui devront être pris en compte que si la personne développe une insuffisance hépatite, c'est-à-dire que le foie ne fonctionne plus correctement.

Les symptômes correspondront à une grande fatigue, des difficultés musculaires ou articulaires, une perte de poids, des troubles du sommeil, un état dépressif. Ces symptômes peuvent avoir un effet boule de neige. Par exemple, les troubles du sommeil augmentent la fatigabilité dans la journée, ce qui aura un impact sur la concentration du travailleur et par conséquent sur le risque d'erreurs et d'accidents. L'hépatite peut donc devenir un handicap lorsqu'elle devient chronique.

Néanmoins, même si la maladie n'est pas chronique, le traitement médicamenteux pris par une personne infectée par une hépatite peut avoir des effets secondaires importants (essentiellement, de la fatigue). Il est donc également utile de tenir compte de ces difficultés dans l'organisation du travail même si la prise de médicament n'est que de courte durée. Avec les nouveaux traitements, on rencontrera surtout de la fatigue (et peu d'effets sur l'état dépressif).

Prenons l'exemple d'un ouvrier de production atteint d'une hépatite C qui suit un traitement de 6 mois. L'employeur peut prévoir durant cette période un horaire de travail modifié afin de permettre les visites chez le médecin et une affectation à un poste plus léger lorsque la fatigue est trop importante.

Un employé pourrait également, par exemple, travailler en partie de chez lui pendant la période de traitement afin d'éviter une fatigue due au déplacement.

Par rapport à la contamination, certaines professions sont plus à risque comme le secteur des soins de santé (manipulation de seringues, d'aiguilles, de produits dérivés du sang). En Belgique, l'arrêté royal du 4 août 1996 réglemente la protection des travailleurs contre les risques liés à l'exposition à des agents biologiques au travail. Cette loi prévoit et stipule les obligations des employeurs en la matière.

Pour les autres secteurs, le virus ne se transmet PAS par un contact direct (serrage de main, embrassade, repas partagé). Le seul risque serait d'emprunter les objets de toilette personnels de la personne contaminée comme une brosse à dent, un rasoir, coupe-ongle, etc. Mais ce partage n'est pas courant sur un lieu de travail !

Recommandations

En ce qui concerne les travailleurs atteints d'hépatite chronique, quelques recommandations permettront de maintenir la personne au travail. L'intensité des symptômes sera différente suivant le travailleur, il est donc primordial de discuter avec ce dernier afin de déterminer ses besoins. Si le travailleur se plaint de fatigue importante, il est nécessaire de déterminer avec lui les moments ou tâches qui vont causer le plus de difficultés. Est-ce lorsqu'il est concentré une longue période, qu'il doit marcher, qu'il écoute un orateur, qu'il doit porter quelque chose, ...?

Les difficultés sont en lien avec les tâches à effectuer. Il est donc possible que le travailleur ne connaîtra pas de problèmes majeurs dans l'exercice de sa fonction.

Il peut également être utile de démystifier la maladie et son mode de transmission auprès des collègues et responsable de service. Cette sensibilisation est également importante si la personne a une cirrhose, maladie trop souvent associée à une surconsommation d'alcool. Cette information doit être effectuée avec l'accord du travailleur.

Voici quelques recommandations permettant de diminuer les effets de la maladie dans la situation de travail. **Il n'est évidemment pas nécessaire de mettre en place tous ces aménagements. Une discussion avec le travailleur permettra de déterminer le (ou les) ajustement(s) à mettre en place de façon provisoire ou à long terme.**

Horaire de travail

Mettre en place :

- ✓ un horaire flexible (l'heure d'arrivée, la période de prise des repas et l'heure de départ compris dans un laps de temps plus étendu).
- ✓ un horaire décalé (la journée commence plus tôt ou se termine plus tard par exemple)
- ✓ un horaire plus étendu : des journées de travail plus courtes mais effectuées sur un plus grand nombre de jours dans la semaine.

Accessibilité

- ✓ Améliorer l'accès au lieu de travail
- ✓ Réserver un stationnement proche de l'entrée du bâtiment

Modification des tâches :

- ✓ Réduire ou éliminer une activité trop physique

- ✓ Mettre en place un poste de travail réglable en hauteur afin d'alterner des positions
- ✓ Répartir différemment le travail entre les personnes composant l'équipe
- ✓ Se concentrer sur les tâches essentielles
- ✓ Hiérarchiser les tâches en fonction des moments de fatigue les plus importants de la journée (par exemple, si la fatigue est particulièrement présente après le repas, prévoir des tâches qui demandent moins de concentration à ce moment-là)

Amélioration des instructions :

- ✓ Fournir des instructions de travail écrites
- ✓ Utiliser un outil de planification ou un agenda électronique
- ✓ Minimiser les distractions (exemple : filtrer les appels afin d'éviter les interruptions, prévoir des moments de travail en bureau fermé, prévoir un bureau isolé, ...)
- ✓ Prévoir des réunions de service à intervalle régulier afin de discuter en équipe des difficultés rencontrées par le travailleur concerné et des traitements qu'il suit (s'il y a des conséquences sur l'exercice de ses tâches), du partage des tâches.
- ✓ Mettre en place une politique de porte ouverte avec le superviseur

Hygiène de vie :

- ✓ Prévoir des repas équilibrés ou mettre à disposition un frigo
- ✓ Permettre des moments de relaxation ou de sport
- ✓ Identifier les facteurs de stress

Aides et ressources

De quelles aides et ressources pouvez-vous bénéficier ?

LE BIEN-ETRE AU TRAVAIL

En matière de sécurité au travail, de prévention et de suppression des risques, d'adaptation de poste de travail (ergonomie de conception, de correction),... consultez vos Conseillers en prévention, dans le cadre du service interne ou du service externe de prévention et de protection.

Il n'est pas toujours facile, ni pour le travailleur, ni pour l'employeur, d'aborder les problèmes liés au handicap ou à la maladie et leurs répercussions possibles sur le travail. Le conseiller en prévention-médecin du travail peut donc être un bon interlocuteur et/ou intermédiaire.

LES PROFESSIONNELS DE LA SANTE

Le travailleur est probablement entouré de professionnels qui peuvent le conseiller et conseiller l'entreprise. Il devrait pouvoir mettre son employeur (ou le médecin du travail, le tuteur, un collègue de confiance, ...) en contact avec ces professionnels.

L'AGENCE POUR UNE VIE DE QUALITE

L'AViQ peut :

- aider à mieux comprendre les difficultés du travailleur en situation de handicap,
- aider à analyser la situation créée par le handicap au sein de l'entreprise – ce travail se fait en première ligne par des agents d'insertion professionnelle qui peuvent, si nécessaire, faire appel à des ergonomes dans le cadre d'un projet pilote soutenu financièrement par le Fonds social européen,
- faire connaître des mesures d'adaptation et autres bonnes pratiques mises en œuvre par d'autres entreprises,
- mettre en relation avec des services spécialisés, Ces services sont divers : centres de formation professionnelle, services d'accompagnement, services de soutien dans l'emploi, services conseil en aménagement des situations de travail. ...
- aider à organiser le recrutement, l'accueil et l'intégration, le maintien à l'emploi de travailleurs handicapés.

Administration centrale : Rue de la Rivelaine, 21 - 6061 Charleroi

Internet : <http://www.aviq.be>

Numéro vert (gratuit) : 0800/16 061

Courriel : info@aviq.be

Bureaux régionaux : voir fiche 0 Handicap et Emploi

- *Bilan des aptitudes professionnelles et précision d'un projet*

+ Orientation professionnelle

Si possible en concertation, les services de l'AViQ, du FOREM, et/ou un opérateur d'orientation aideront la personne à réaliser un bilan de son parcours scolaire et professionnel ainsi que de ses compétences actuelles. Ils encadreront ensuite le candidat dans l'identification de pistes professionnelles pertinentes compte tenu du marché de l'emploi.

+ Stage de découverte en entreprise

L'objectif est ici de permettre à la personne d'appréhender les réalités d'un métier. Un ou plusieurs stages d'une semaine, non rémunérés, sont possibles.

- *Reprise progressive du travail*

Un travailleur en invalidité (c'est-à-dire absent pour maladie et indemnisé par sa mutuelle depuis plus d'un an) peut solliciter de son médecin conseil une reprise de travail à temps partiel. L'entreprise le rémunère alors au prorata des heures prestées.

- *Formation*

Le travailleur qui ne peut plus continuer son ancienne activité professionnelle peut envisager une reconversion : l'AViQ propose différents cycles de formation en centre agréé. Elle propose aussi un contrat d'adaptation professionnelle, période de formation en entreprise. Dans les deux cas, le stagiaire perçoit des indemnités de formation.

Pour un travailleur qui ne peut accéder aux formations organisées pour ses collègues, même moyennant quelques adaptations des modalités de formation, les centres de formation peuvent proposer des modules de formation continuée.

- *Soutien financier*

L'AViQ accorde certaines aides spécifiques aux entreprises :

- Tutorat

Intervention de 750 € par trimestre (pendant un maximum de six mois) pour l'entreprise qui désigne un tuteur chargé d'encadrer et d'accueillir un travailleur handicapé nouvellement engagé.

- Prime à l'intégration

Intervention de 25 % (pendant un an maximum) dans le coût salarial d'un travailleur qui n'a plus travaillé depuis au moins six mois.

- Prime de compensation

Une intervention dans le coût salarial est accordée à l'entreprise pour compenser le coût supplémentaire éventuel des mesures qu'elle prend pour permettre au travailleur d'assumer ses fonctions, si ces mesures sont liées au handicap. Elle est accordée pour un maximum de cinq ans et est renouvelable.

- Intervention dans l'aménagement du poste de travail

L'AViQ intervient dans les frais supplémentaires d'adaptation ou d'acquisition de matériel spécifique, en fonction du handicap du travailleur.

Attention : certaines interventions de l'AViQ nécessitent la satisfaction de certains critères, que vérifiera le bureau régional concerné.

Bibliographie

Sites internet d'association :

www.stophepatite-c.be : association belge

<https://www.hepatites-info-service.org/> : association française

www.soshepatites.org : association française

<http://hepatoweb.com/> : association française

Documents :

L'hépatite C dans le milieu du travail, <http://librarypdf.catie.ca/PDF/ATI-30000s/30044.pdf> , CATIE, www.catie.ca

C comme Cirrhose. Apprendre à vivre avec une cirrhose.

http://hepatoweb.com/Documents_PDF/HEPATANT/Etre_Hepatant_7.pdf , SSO hépatites Fédération

Hépatite Conseil n°3. Les effets indésirables du traitement de l'hépatite chronique C et des petits trucs pour les soulager...

http://hepatoweb.com/Documents_PDF/HepatiteConseil/HepatiteConseil_3.pdf

Site généraliste :

www.askjan.org : site américain