

FICHE D'INFORMATION SANTÉ ET SÉCURITÉ

THROMBOSE VEINEUSE PROFONDE



Qu'est-ce que la thrombose veineuse profonde (TVP)?

Une thrombose survient lorsqu'un caillot de sang se forme et bloque un vaisseau sanguin. La thrombose veineuse profonde survient lorsqu'un caillot se forme dans une veine profonde, souvent dans une jambe. Dans les cas graves, lorsqu'un caillot remonte jusqu'à une artère pulmonaire et bloque soudainement le flux sanguin, cela peut entraîner une embolie pulmonaire.

Quelles sont les causes de la TVP?

De longues périodes en position debout ou assise peuvent contribuer à l'accumulation de sang dans les membres inférieurs, ce qui augmente le risque de développer une thrombose veineuse profonde. La déshydratation et une circulation sanguine lente sont d'autres facteurs contribuant à la TVP.

Le risque de développer une TVP est plus élevé pour les travailleuses et les travailleurs occupant des emplois qui nécessitent de passer de longues périodes debout ou assis, sans pause appropriée ni suffisamment de temps pour s'hydrater. Ces conditions d'emploi sont parfois causées par des compressions ou un manque de personnel.

Qui est à risque?

Tout le monde peut développer une thrombose veineuse profonde.

Certains facteurs dont toutefois en sorte que des membres du SCFP sont plus à risque de développer une TVP:

- l'âge (plus de 60 ans)
- des antécédents familiaux de TVP
- des conditions médicales comme une maladie cardiaque, un cancer ou une maladie pulmonaire

- une intervention chirurgicale ou un traumatisme récent, notamment au bas du corps (chirurgie de la hanche ou du genou, lésion de la moelle épinière, fracture d'un membre inférieur)
- la prise de certains contraceptifs oraux ou un traitement hormonal substitutif
- la grossesse
- le tabagisme
- le surpoids.

Risque professionnel

Les personnes qui travaillent dans un secteur qui les oblige à rester dans une position statique pendant de longues périodes (comme se tenir debout au comptoir) sont plus à risque. On pense ici aux conductrices et aux conducteurs, au personnel de la santé, au personnel de cuisine et à toute personne qui travaille de longues heures sans pouvoir changer de position ou prendre des pauses suffisantes.

Les agentes et agents de bord courent un risque plus élevé en raison de leurs périodes de travail prolongées dans l'air sec de la cabine qui procure un apport plus faible en oxygène et des changements de pression dus aux multiples décollages et atterrissages.

Quels sont les dangers pour la santé ?

La thrombose veineuse profonde n'est pas mortelle en soi. Le danger survient lorsqu'une partie d'un caillot de sang se détache et se déplace dans le système circulatoire. Ce caillot peut bloquer une artère et provoquer une embolie pulmonaire, un accident vasculaire cérébral ou une crise cardiaque, ce qui peut être mortel.

Les signes et symptômes de la TVP ne se produisent pas tous en même temps et peuvent inclure :

- une douleur (parfois très prononcée) pouvant ressembler à un muscle tiré dans la jambe affectée
- une enflure dans la jambe
- une décoloration rouge, violet ou bleue qui ressemble à une ecchymose
- des picotements, des démangeaisons ou une chaleur près de la zone affectée
- des symptômes qui se déplacent d'une partie de la jambe à une autre
- une douleur à la poitrine

- la toux
- des vomissements
- une augmentation de la fréquence cardiaque
- un essoufflement soudain

Malheureusement, ces symptômes s'appliquent à plusieurs autres problèmes de santé et peuvent mener à un mauvais diagnostic. Si vous développez des signes ou des symptômes de thrombose veineuse profonde, consultez un médecin d'urgence.

Mesures préventives

Pour diminuer les risques de développer une thrombose veineuse profonde, l'idéal est de prendre le taureau par les cornes.

Les comités de santé-sécurité au travail (SST), dans leurs réunions mixtes avec l'employeur, devraient discuter des facteurs au travail qui augmentent le risque de TVP et formuler des recommandations pour limiter l'exposition à ceux-ci.

Les personnes qui présentent un risque élevé de TVP peuvent diminuer ce risque en portant des bas ou des collants de compression de qualité médicale. Ceux-ci sont faits de matériaux solides et extensibles conçus pour exercer une pression sur la jambe et la cheville afin de favoriser la circulation sanguine. Cela freine l'accumulation de sang et l'enflure des jambes.

Autant que possible, les travailleuses et les travailleurs doivent se déplacer pour ne pas demeurer toujours dans la même position. Si ce n'est pas possible, marchez lentement sur place.

N'oubliez pas que les mouvements et contractions musculaires répétés aident à pousser le sang dans les veines, tandis que les contractions musculaires limitées diminuent le flux sanguin. Si vous devez rester assis pendant de longues périodes, levez-vous et marchez aussi souvent que possible (idéalement toutes les quinze minutes), ou envisagez un poste de travail assis-debout. On peut aussi s'hydrater et porter des vêtements amples et confortables qui ne limitent pas la circulation sanguine vers le haut du corps, notamment pendant les longs quarts de travail.

Une dotation en personnel appropriée aidera le personnel à prendre des mesures de précaution, comme des pauses régulières.

Accès à de l'équipement de protection individuelle

Les employeurs ont l'obligation légale d'offrir un lieu de travail sain et sécuritaire, mais beaucoup sont réticents à fournir un équipement de protection individuelle approprié, comme des bas de compression, avant que la personne développe un problème médical. Les membres du SCFP qui craignent la TVP devraient communiquer avec leur section locale pour se familiariser avec la couverture et la procédure de réclamation de leur assureur ou de leur fournisseur d'avantages sociaux. Si la TVP n'est pas couverte, la section locale devrait songer à demander la fourniture préventive de bas de compression lors de la prochaine ronde de négociations ou exiger l'ajout des bas/collants de compression de qualité médicale au choix d'uniforme offert par l'employeur.

POUR EN SAVOIR PLUS, CONTACTEZ :

Service de santé-sécurité au travail du SCFP national 1375 boul. St-Laurent, OTTAWA, ON
K1G 0Z7 Tél. : (613) 237-1590 Téléc. : (613) 237-5508 Courriel : sante_securite@scfp.ca



SCFP