

Fiche 36 : MALADIE DE PARKINSON

PRESENTATION

La maladie de Parkinson est une maladie neurodégénérative et évolutive. Dans la majorité des cas, les premiers signes apparaissent entre 50 et 60 ans. 5% des personnes touchées par cette maladie le sont avant 40 ans.

Durant les premiers stades de la maladie, elle sera pratiquement indétectable, ce qui rend le diagnostic précoce difficile. Un tremblement est un signe reconnaissable, mais 10 à 30 % des patients n'en présentent jamais. Le diagnostic reposant sur l'examen clinique, la détection peut prendre du temps.

Premiers symptômes possibles :

- ❖ Micrographie : altération et modification de l'écriture qui devient plus petite
- ❖ Perte totale ou partielle de l'odorat
- ❖ Troubles du sommeil prenant des formes diverses : insomnie, apnée, somnolence diurne, hallucinations nocturnes, ...
- ❖ Raideurs dans le corps (bras, jambes, épaules, ...), impression que les pieds sont « collés » au sol (incapacité de bouger – « freezing »)
- ❖ Constipation
- ❖ Voix altérée (volume plus faible, enrouée ou essoufflée)
- ❖ Masque facial : visage figé ou inexpressif
- ❖ Vertiges
- ❖ Légers tremblements d'un doigt, de la main, ...
- ❖ Fatigue inhabituelle

Attention : le tremblement n'est pas systématiquement en lien avec la maladie de Parkinson, il peut trouver son origine dans un tremblement essentiel, un Tremblement Orthostatique Primaire (TOP), des tremblements dystoniques, ...

Pour en savoir plus : Fiche 20 « Les tremblements et l'emploi »

La personne sera diagnostiquée si elle a développé 2 à 3 des symptômes suivants : diminution des mouvements automatiques (hypokinésie), augmentation de la tension musculaire, rigidité musculaire, tremblement de repos.

Chaque personne atteinte de la maladie de Parkinson rencontrera des symptômes de nature, d'intensité et d'évolution différentes. Ils seront d'ordre moteurs ou non-moteurs. En complément de la liste des premiers symptômes, la personne peut en développer d'autres :

- ❖ Apathie, diminution de la motivation, trouble de l'humeur
- ❖ Anxiété, stress
- ❖ Instabilité posturale (due à la rigidité et à la lenteur), troubles de la marche
- ❖ Troubles de la déglutition, sialorrhée (difficulté à contrôler sa salive)
- ❖ Dystonie : torsion musculaire douloureuse (spasme ou crampe) soutenue ou répétitive
- ❖ Fatigue persistante, difficulté de concentration
- ❖ Dyskinésies : mouvements involontaires, saccadés
- ❖ Troubles cognitifs légers (attention, concentration, ...)
- ❖ Troubles urinaires
- ❖ Troubles de la vision
- ❖ ...

La médication peut également avoir pour conséquences des difficultés complémentaires : chute de tension, somnolence, prise de poids, mouvements anormaux, trouble du comportement, ...

MALADIE DE PARKINSON ET EMPLOI

En tant que maladie évolutive, les symptômes vont progresser lentement dans le temps (et non pas par à-coups). Cette évolution nécessitera de redéfinir de façon régulière les aménagements à mettre en place. De plus, chaque travailleur rencontrera des symptômes de nature et d'intensité différentes, les ajustements sont donc à évaluer au regard des conséquences concrètes de ses difficultés. Pour ce faire, le travailleur devra déterminer :

- ❖ En fonction de chacune de ses tâches, les éventuelles difficultés
- ❖ Pour ces tâches problématiques, les besoins identifiés.

Les adaptations mises en place dans la vie quotidienne peuvent soutenir la réflexion au sein de l'entreprise, qui sera entamée par exemple avec la ligne hiérarchique, le service du personnel, les recommandations du médecin du travail/conseiller en prévention, ...

Certains symptômes de la maladie risquent de véhiculer une image négative. Les tremblements sont, par exemple, souvent associés, dans notre imaginaire collectif, à un état de manque (alcool, drogue) ou de peur.

Il est donc important, avec l'accord du travailleur, qu'une information soit réalisée vers les collègues ou les responsables du travailleur afin d'éviter des malentendus ou des situations de stress inutiles. Ceci aura un impact de prévention important sur le bien-être au travail du Parkinsonien en évitant les incompréhensions, la culpabilité et le repli (l'Association Parkinson propose ce type d'information sur site – coordonnées ci-dessous).

RECOMMANDATIONS

En regard des éléments ci-dessus, les ajustements seront variables d'un travailleur à l'autre. La maladie affectant essentiellement le système moteur, les recommandations seront centrées sur ces difficultés.

Voici quelques exemples d'**aménagement matériels** :

- Privilégier des objets épais et/ou lourds qui limiteront le tremblement grâce au poids de l'objet (stylo, bloc de feuille, assiette, tasse, ...)
- Installer des éléments en caoutchouc sur la table de travail (qui permettent de garder en place les objets)
- Privilégier les téléphones à grosses touches ou à commande vocale
- Permettre au travailleur d'utiliser le haut-parleur sur le téléphone et/ou fournir un casque
- Installer sur l'ordinateur un logiciel d'écriture à reconnaissance vocale
- Modifier les commandes d'un outil pour qu'elles soient au pied ou à la main (en fonction des difficultés du travailleur)
- Permettre l'utilisation d'un chariot pour déplacer des objets (ou d'un sac à dos)
- Installer des poignées ergonomiques sur les outils
- Fournir des vêtements de travail qui s'attachent avec des scratchs (« velcro ») ou plus gros boutons que les boutons usuels ou petites pressions
- Prévoir un siège stable disposant d'un bon maintien, voire d'un système de blocage, ainsi que d'accoudoirs permettant de se relever facilement
- Ajouter des rampes dans les escaliers
- Privilégier les portes coulissantes
- Éviter les tapis au sol
- Prévoir un espace aménagé pour des périodes de repos (fatigabilité et hypersensibilité)
- ...

Voici quelques exemples d'**aménagement organisationnels** :

- ✓ Envisager un horaire flexible (horaire décalé, pause, ...)
- ✓ Organiser les tâches en fonction des moments où le travailleur est le plus alerte
- ✓ Réduire les situations de stress au travail et/ou prévoir un endroit calme de repos
- ✓ Morceler les périodes de pause sur la journée
- ✓ Prévoir un bureau proche des sanitaires et de l'entrée (au rez-de-chaussée)
- ✓ Faciliter la circulation dans les couloirs, lieux de travail (désencombrer)
- ✓ Augmenter le temps possible de télétravail ou y recourir en cas de fatigue persistante
- ✓ Eviter de mettre des éléments en hauteur (farde, outil, ...)
- ✓ Permettre l'enregistrement de consignes ou de réunions (par exemple : pour faire un PV)
- ✓ Adapter les procédures d'évacuation incendie
- ✓ ...

La base de ressources Ergojob pourra utilement compléter la liste ci-dessus en regard des tâches à effectuer et des difficultés rencontrées (cognitives, sensorielles, motrices, ...) :

<https://ergojob.aviq.be/>

Aides et ressources

Plusieurs acteurs peuvent contribuer à la réflexion sur l'ajustement de la situation de travail d'une personne en situation de handicap.

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 au travail.

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, une personne de confiance dans l'entreprise, ...) en contact avec ces professionnels.

LES MEDECINS CONSEILS (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. Il existe également des coordinateurs de retour au travail au sein des mutuelles

UNE ASSOCIATION SPECIALISEE

Association Parkinson

Rue des Linottes 6

5100 Namur

081 56 88 56

info@parkinsonasbl.be

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 généralistes ou spécialisés (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 en situation de handicap.

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

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

Numéro vert (gratuit) : 0800/16 061

Courriel : info@aviq.be

Bureaux régionaux : voir fiche 0 Handicap et Emploi

Selon sa situation et ses besoins, le travailleur en situation de handicap peut avoir recours (sous certaines conditions) à :

- *Un bilan des aptitudes professionnelles et la précision d'un projet*

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.

- *Des soutiens et aides spécifiques aux entreprises*

Les interventions financières de l'AVIQ sont soumises à une analyse préalable de la situation du travailleur sur base de critères d'admissibilité (notamment du degré de handicap). Cette démarche de reconnaissance ne peut se faire qu'à l'initiative du travailleur. Néanmoins, tout employeur peut solliciter le soutien d'un bureau régional de l'AVIQ pour être conseillé dans ses démarches d'ajustement d'une situation de travail.

- 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 de maximum 10 jours, non rémunérés, sont possibles.

- Formation

Le travailleur qui ne peut plus continuer son ancienne activité professionnelle peut envisager une reconversion : l'AVIQ peut orienter vers des centres de formation et d'insertion socioprofessionnelle adaptés. 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.

- Tutorat

Intervention de 500 € par trimestre (pendant un maximum de neuf 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 ou de soutenir sa réintégration suite à une période d'incapacité.

- Ajustement des conditions du travail

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.

BIBLIOGRAPHIE

Associations :

<http://www.parkinsonasbl.be/> : Association Parkinson – site belge

<https://www.franceparkinson.fr/comprendre-la-maladie-de-parkinson/quels-sont-les-symptomes-de-la-maladie-de-parkinson/> : Association France Parkinson

<http://askjan.org>: Site généraliste américain

Fiches :

https://www.aviq.be/sites/default/files/documents_pro/2022-05/Fiche-deficience-et-emploi-Fiche20-Tremblements.pdf : Fiche 20 : « les tremblements et l'emploi » éditée par l'AVIQ

<https://www.talenteo.fr/travailler-college-parkinson-handicap/> : Fiche « Travailler avec un collègue atteint de la maladie de Parkinson » de Talenteo