

# ENTRETIEN INFIRMIER et TRAVAIL de NUIT

Présentation du protocole et  
perspectives

- Cadre réglementaire
- Réforme (Evolution IDEST)
- Démographie médicale
- Projet médical d'Evaluation des Pratiques Professionnelles

- Groupe de travail pluridisciplinaire
- 1<sup>ère</sup> Réflexion sur Faverges
- Recherches autres expériences IDEST
- Définition d'un protocole et des outils
- Validation et déploiement
- Evaluation

- Evaluer l'adaptation du salarié au travail de nuit
- Exploration de 2 axes :
  - Qualité veille, sommeil, santé mentale.
  - Etat de santé avec recherche des facteurs de risques cardiovasculaires.

- Bibliographie
- Définition / Validation du protocole
- Mise en œuvre d'outils
- Formations :
  - Hygiène alimentaire (Nutritionniste)
  - Veille / Sommeil (Médecin du sommeil)
  - Logiciel Stétho
    - Traçabilité des EI (attestation pour l'employeur)
    - Traçabilité des bilans (suivi longitudinal)

- MdT favorable
- Recommandation au MdT
  - FE
  - Etude de poste
  - Attestation d'exposition
- Présentation à l'employeur par le MdT
- Courrier complémentaire de la direction
- Aptitude déterminée par le médecin
- Prestation supplémentaire spécifique travail de nuit par IDEST

- Accueil et information
- Quoi de neuf
- Bilan travail de nuit
  - Veille, sommeil et santé mentale
  - Cardio-vasculaire et digestif
- Autre
- Conclusion

- Cadre et objectif de l'entretien
- Positionnement dans le dispositif santé-travail
- Déroulement de l'entretien

# Quoi de neuf



- Santé, accidentologie, arrêts de travail
- Changements dans le poste

⇒ Transmission au médecin

- Interrogatoire
  - Signes fonctionnels
  - Traitements
- Tests systématiques
- Tests selon le contexte
- Recommandations

- Score d'Epworth :
  - Qualité subjective de la veille avec recherche de somnolence dans différentes situations
- Stanford Sleepiness Scale :
  - Qualité subjective de la vigilance à différents moments de la journée
- Questionnaire de Pichot :
  - Echelle subjective de mesure de la fatigue ressentie par le sujet

- Questionnaire de Spiegel :
  - Qualité du sommeil au cours des 2 périodes de repos qui précèdent la visite
- Questionnaire de Horne et Ostberg
  - Typologie circadienne pour les travailleurs postés
- Questionnaire HAD
  - Qualité de l'humeur et anxiété
- Questionnaire de Prévention des accidents
  - Recherche l'existence d'une somnolence au volant, la survenue d'accident de la route et de « presque accident »
- Test des 5 mots
  - Evaluation de la mémoire à court terme

# Recommandations



- Sommeil
- Activités de loisirs
- Lien social

- Anthropométrie
  - TA, IMC, TT/TH
- Interrogatoire
  - Repas, tabac, hydratation, activité physique et loisirs
  - Digestion
- Recommandations
  - Hygiène alimentaire
  - Activité physique

- Recherche d'autres problèmes ou difficultés
  - ⇒ Transmission au médecin

- Bilan de l'état de santé constaté
  - Résumé des recommandations faites
  - Orientation vers MdT si besoin
    - Changement ou anomalie
    - Changement du poste de travail
- ⇒ Modalités à définir avec l'IDE

- Début en novembre 2009
- Un médecin / 3 adhérents : 95 travailleurs de nuits/ 286 salariés
  - Adhérent 1 : 70 salariés / 146
  - Adhérent 2 : 16 salariés / 121
  - Adhérents 3 : 9 salariés / 19
- Présentation en entreprise
- Collaboration avec l'assistante du MdT
  - Organisation des EI
  - 1/2h

# Résultats de la phase de tests (2)



- 74 sur 95 EI effectués
- Anomalies dépistées :
  - Changement de poste
  - Erreurs diététiques
  - Sommeil
- Communication avec le MdT

Prochain acte : Périodique prévu le 27/10/2010

Z1 Koidneuf EI

Rien à signaler depuis la dernière visite EI du 28/04/2010

Z2 Veille Sommeil EI

AA- Nb habituel d'heures de sommeil après phase de récupération : 8h00 du 28/04/2010

AB- Nb habituel d'heures de sommeil lors des périodes de travail de nuit (dont sieste) : 5h30 du 28/04/2010

AC- Usage de la sieste du 28/04/2010

AG- Durée du travail de nuit dans cette entreprise : Z - Entre 1et 3 ans : 2 ans du 28/04/2010

AH- Durée totale du travail de nuit : Z - Entre 1et 3 ans : 2 ans du 28/04/2010

AI- Score d'Epworth : Z - < à 8 : pas de somnolence :6 du 28/04/2010

AJ- Questionnaire de Stanford : Z - < à 16 : vigilance normale : 7 du 28/04/2010

AK- Echelle de Pichot : Z - 0 à 19 : non fatigué :11 du 28/04/2010

AO- Prise d'hypnotiques : Z - Non du 28/04/2010

Z3 Humeur EI

AE - Prise de traitement antidépresseur Z - Non du 28/04/2010

AD - Prise de traitement anxiolytique Z - Non du 28/04/2010

Z4 Risque routier EI

Z5 Habitudes Alim EI

BG - Erreurs liées à des prises alimentaires en dehors des repas du 28/04/2010

AB - Consommation de boissons sucrées du 28/04/2010

Z6 Act Phys/lois EI

AB - Loisirs et lien social : Z - Pratique irrégulière sortie familiale du 28/04/2010

AA - Activité physique : Z - Pratique inexistante : hors travail du 28/04/2010

Z7 Pistes amélior EI

AU - Maintenir les relations sociales du 28/04/2010

AR - Augmenter l'activité physique du 28/04/2010

AN - Adapter la qualité des rations à l'horaire des prises alimentaires du 28/04/2010

AL - Eviter le grignotage du 28/04/2010

AK - Limiter les boissons gazeuses et/ou sucrées du 28/04/2010

AE - Augmenter la quantité de sommeil +/- recours aux siestes pour limiter la dette de sommeil du 28/04/2010

AB - Limiter les excitants pour un sommeil de qualité (alcool/tabac/café...) du 28/04/2010

AA - Adapter l'environnement pour un sommeil de qualité (bruit/éclairage/température) du 28/04/2010

Z8 Conclusion EI

AF - Qualité/Quantité du sommeil : Evolution Elément Sommeil/humeur à surveiller du 28/04/2010

AC - IMC : Evolution Elément cardio-vasculaire à surveiller du 28/04/2010

A SURVEILLER DETTE DE SOMMEIL (FAIBLE EXPERIENCE EN TRAVAIL DE NUIT)

# Les points positifs



- Pour l'IDEST
- Retours positifs des salariés
- Accueil favorable des adhérents
- Satisfaction du MdT

- Organisation de l'EI
  - Les outils
  - Evaluation
- Incertitudes liées à la réforme
  - Statut IDEST
  - Santé au Travail

- Extension du protocole à d'autres préoccupations en santé au travail :
  - Travail posté?
  - Chauffeurs ?
- Autres exercices protocolisés:
  - Travail sur écran
    - Outils pour passer de SMR à SM
    - Module en entreprise
    - EI individuels
  - Aides à domicile
    - A l'embauche