



AMÉLIORER LE QUOTIDIEN DE VOS SALARIÉES

Accompagner vos équipes par une organisation adaptée :

- » **Former et sensibiliser** la Direction, les managers et les salariés.
- » Favoriser les **modes de travail alternatifs** : télétravail, en décalé, temps partiel.
- » **Aménager** la charge, les objectifs et les délais (travail en binôme, points réguliers avec le manager).
- » Optimiser la **répartition des tâches** dans l'équipe en cas de crise ou de façon pérenne.
- » Introduire des **temps de récupération** avec des activités moins sollicitantes et des pauses régulières.
- » **Adapter les tâches** susceptibles d'aggraver les symptômes (port de charges lourdes, posture debout prolongée...).
- » Mettre en place des **équipements** pour limiter les manutentions de charges, les positions pénibles, les déplacements (chaise de bureau adaptée, chaise pour les postes debout...).



JE SUIS CONCERNÉE : LES DÉMARCHES À EFFECTUER

Le médecin du travail et l'équipe pluridisciplinaire vous accompagnent en évaluant l'impact sur le travail, en proposant d'éventuels **aménagements** et en favorisant le **maintien dans l'emploi**.

Il est possible d'effectuer une demande de **RQTH** (Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé) en cas d'évolution sévère de la maladie et sous certaines conditions.

Sur proposition du médecin traitant, à la suite d'une chirurgie ou d'un arrêt maladie prolongé, vous pouvez bénéficier d'un **mi-temps thérapeutique** afin de faciliter le retour à l'emploi en douceur.

La **reconversion professionnelle** peut s'avérer pertinente pour les emplois trop physiques ou trop sédentaires.



POUR PLUS D'INFORMATIONS

Ressources :

- » **ANACT** (Agence Nationale d'Amélioration des Conditions de Travail)
- » **ARS** (Agence Régionale de Santé)

Structures spécialisées :

- » **EndoFrance** : Association Française de lutte contre l'Endométriose | Antenne en Alsace : <https://www.endofrance.org/audience/endofrance-grand-est/>
- » **CMCO** : Centre Médico-Chirurgical et Obstétrical Hôpitaux Universitaires de Strasbourg
19 rue Louis Pasteur
BP 120 - 67303 Schiltigheim cedex
03 88 11 67 68
- » **Institut de Santé Pelvienne des 2 Rives**
8 rue François Epailly
67000 Strasbourg
03 90 67 53 90

EN SAVOIR PLUS :

Pour toute question, contactez votre médecin du travail ou votre équipe pluridisciplinaire.

Endométriose, TDAH, troubles musculosquelettiques, risques psychosociaux, risque routier...

Retrouvez nos ressources de prévention en libre accès sur notre site internet :



© AST67 | Association de Santé au Travail du Bas-Rhin - 3, rue des Sarrelouis, 67080 STRASBOURG Cedex
Document réalisé par le service communication | Version 1 : 03/2026 | Crédits photo : freepik - Imprimé par HD Graphix - Roeschwoog. Ne pas jeter sur la voie publique.



SANTÉ PUBLIQUE

ENDOMÉTRIOSE & TRAVAIL

Comprendre pour mieux accompagner



ast67.org



ast67



@ast_67



C'EST QUOI L'ENDOMÉTRIOSE ?

L'endométriose est une **maladie chronique** qui se définit par la présence de tissus semblables à la muqueuse de l'utérus en dehors de celui-ci. *Par exemple : les ovaires, la vessie, le rectum.*

Elle provoque des **douleurs intenses**, particulièrement fréquentes pendant les **règles**.

À chaque cycle hormonal, les lésions peuvent s'aggraver. Sans prise en charge, la maladie progresse en formant des **kystes** et des **adhérences** qui finissent par **souder progressivement les organes** entre eux.



L'ENDOMÉTRIOSE EN QUELQUES CHIFFRES

10%

de femmes en âge de procréer (soit 1 femme sur 10) est **atteinte d'endométriose**.

7 ans

c'est le délai moyen nécessaire pour poser le **diagnostic de la maladie**.

40%

des femmes concernées font face à des **difficultés d'infertilité**.

70%

des femmes souffrent de **douleurs chroniques invalidantes**.

53%

des femmes notent une **diminution de leur capacité de travail**.



LES SYMPTÔMES

Les symptômes peuvent être multiples et avoir différents impacts sur la santé au quotidien.

Ils se manifestent principalement par :



Douleurs :

- » douleurs aiguës pendant les règles
- » douleurs en dehors des règles



Fatigue - malaise :

- » fatigue chronique
- » épuisement persistant
- » sensation de malaise
- » inconfort général



Troubles physiques :

- » digestifs
- » urinaires
- » lombaires
- » jambes...

Les symptômes peuvent varier d'une femme à une autre.



L'IMPACT POUR L'ENTREPRISE

- » **Désorganisation du travail** liée à la gestion de l'absentéisme non prévisible et aux variations de l'état de santé de la salariée.
- » **Tensions dans les relations professionnelles** dues à la surcharge de travail engendrée par les absences et à une incompréhension au sein de l'équipe.
- » **Perte économique**, baisse de la qualité de service, non respect des délais, accumulation des retards.
- » Diminution de la **performance collective**.



L'IMPACT POUR LA SALARIÉE

Les conséquences au quotidien :

- » **Douleurs physiques** liées aux changements de position fréquents ou au maintien prolongé de certaines postures de travail.
- » **Interruptions répétées de l'activité** professionnelles dues à des besoins urgents, fréquents et parfois prolongés de se rendre aux toilettes.
- » **Altération des capacités cognitives** se traduisant par une baisse de la concentration, des difficultés à réaliser certaines missions.
- » **Atteinte psychologique** avec l'apparition de stress, d'un sentiment de culpabilité, d'irritabilité, voire de troubles de l'humeur ou état dépressif.
- » **Fatigue persistante et fatigabilité accrue** impactant la capacité à maintenir un rythme de travail soutenu.
- » **Absences fréquentes** de courte durée et imprévues, nécessaires pour faire face à la douleur, à la fatigue ou aux soins.

Risques associés :

- » **Isolement professionnel** et **risque d'exclusion** des équipes.
- » **Perte d'opportunité** en matière d'évolution professionnelle.
- » **Difficulté de maintien dans l'emploi ou en emploi**, pouvant conduire à la désinsertion professionnelle.

