

Suivi d'arrêt de travail

Préparé par le patient · 16 octobre 2026

Docteur, ce document décrit la situation du patient telle qu'il la vit, pour préparer ce rendez-vous. Il ne contient aucune appréciation médicale et ne propose aucune décision.

Type de rendez-vous Le renouvellement d'un arrêt en cours

En arrêt depuis le 02/09/2026

Rendez-vous précédent 30/09/2026

1. Le travail

Métier Aide-soignant en EHPAD

Temps de travail Temps plein · Horaires décalés ou en équipe, Week-end

Ce que le travail demande	Le 30/09/2026	Aujourd'hui
Porter des charges	impossible pour le moment	impossible pour le moment
Rester debout longtemps	impossible pour le moment	possible avec difficulté
Être en contact avec le public	possible avec difficulté	possible
Faire des gestes répétitifs	possible avec difficulté	possible avec difficulté

2. Les symptômes, selon le patient

Symptôme	Depuis	Fréquence	Intensité le 30/09/2026	Intensité aujourd'hui (0 à 10)
douleur (bas du dos, jambe gauche)	08/2026	en permanence	8/10	6/10
troubles du sommeil	09/2026	une fois par jour environ	7/10	5/10

Intensité ressentie et saisie par le patient lui-même.

3. La vie quotidienne

Activité	Le 30/09/2026	Aujourd'hui
Dormir	impossible pour le moment	possible avec difficulté
Conduire	possible avec difficulté	possible
Les tâches ménagères	impossible pour le moment	possible avec difficulté
S'occuper des enfants	possible avec difficulté	possible avec difficulté

4. Depuis le dernier rendez-vous

Globalement mieux

Je marche mieux le matin et je dors un peu plus. Porter reste impossible, et la station debout plus de 20 minutes réveille la douleur dans la jambe.

- Kinésithérapie, 8 séances · septembre · moins de raideur le matin
- IRM lombaire · 28 septembre · compte rendu apporté

5. Traitements en cours

Médicament	Combien de fois	Effet ressenti
Ibuprofène	2 fois par jour	ça a aidé

6. La reprise, du point de vue du patient

Médecin du travail déjà vu non

Ce qui lui semble possible Reprendre avec un poste aménagé, Reprendre à temps partiel

7. Questions du patient

- Puis-je demander une visite de pré-reprise au médecin du travail ?