Fiche info

Le retour au travail après un cancer

Les motivations pour la reprise d'une activité professionnelle après un cancer sont souvent multiples : raisons financières, souhait de retour à une vie « normale », victoire sur la maladie, souhait de contacts avec l'extérieur… Pour l'entourage, le retour à l'activité professionnelle revêt également une importance particulière puisque la reprise du travail après un cancer symbolise souvent la fin de la maladie. Pourtant, la reprise du travail intervient parfois alors que les soins sont encore en cours. Il s'agit donc d'une étape avec de multiples enjeux qui doit être bien préparée.

Si votre état de santé a nécessité un arrêt de travail, que faire à la reprise ?

Vous souhaitez reprendre le travail mais à qui en parler ? Vos interlocuteurs pour parler de la reprise d'activité professionnelle après la maladie peuvent être :

- votre oncologue ;
- votre médecin traitant ;
- votre médecin du travail.

Votre oncologue ou votre médecin traitant

Ils connaissent votre maladie et ses répercussions et vous indiqueront le moment le plus opportun pour envisager un retour au travail.

Le rôle du médecin du travail, dans ce contexte précis du retour au travail, est multiple :

- **évaluer votre état de santé et les contraintes de votre poste de travail ;**
- **établir des recommandations pour votre retour au travail** (par exemple, une contre-indication au port de charges, au travail de nuit…).

Il est soumis au secret médical et ne communiquera jamais de renseignements médicaux vous concernant à votre employeur. Il exerce au sein du service de santé au travail auquel adhère votre entreprise. Il fait partie d'une équipe de santé au travail à laquelle il peut faire appel en cas de nécessité de compétences spécifiques. Par exemple, lorsqu'un aménagement du poste de travail sera nécessaire, il pourra solliciter l'intervention d'un ergonome.

Une étape clé, la visite de préreprise

Vous avez un statut de salarié et vous êtes en arrêt de travail : sollicitez une visite de préreprise auprès du médecin du travail de façon précoce.

Qu'est-ce que la visite de préreprise ?

Il s'agit d'une consultation avec le médecin du travail pendant l'arrêt maladie. Elle permet de **préparer la reprise du travail.**

Que va faire le médecin du travail lors de cette visite ?

Il évaluera votre état de santé. Il sera donc important d'apporter, lors de cette consultation, l'ensemble des documents médicaux dont vous disposez (comptes-rendus d'hospitalisation ou de consultations par exemple). Le médecin du travail pourra également se mettre en rapport avec votre médecin traitant ou oncologue, avec votre accord, s'il a besoin d'informations complémentaires. Il évaluera, en lien avec votre employeur, **les contraintes de votre poste de travail :**

- physiques (port de charges, marche prolongée…) ;
- organisationnelles (travail de nuit, travail isolé…) ;
- chimiques ;
- biologiques ;
- psychologiques (charge mentale…).

À partir des évaluations réalisées, il vous conseillera sur les **modalités de votre reprise du travail.** Sauf opposition de votre part, ces recommandations seront transmises à votre employeur, de façon à ce qu'il puisse réfléchir le plus tôt possible à leur mise en œuvre pratique.

Quand la demander ? Qui peut la demander ?

Cette visite doit être assez précoce de façon à anticiper les aménagements nécessaires. Elle peut être réalisée à votre demande, celle de votre médecin traitant ou celle du médecin-conseil.

Retour au travail après un cancer : préparer sa reprise

Quel que soit votre statut (salarié, à la recherche d'un emploi ou travailleur indépendant), préparez votre reprise sur le plan personnel et soyez bien accompagné lors des premiers mois de cette reprise. La reprise nécessite une organisation personnelle :

- de vos horaires ;
- de vos activités ;
- au sein de votre famille.

Cette nouvelle organisation doit vous permettre de trouver un équilibre entre votre vie professionnelle et votre vie privée. C'est aussi l'occasion de revoir des personnes avec qui vous n'avez pas eu de contact pendant un certain temps (collègues, clients, fournisseurs…). Préparez auparavant ce que vous allez leur dire concernant votre absence. La reprise entraîne souvent une majoration ou une **réapparition de certains symptômes** comme la fatigue ou les troubles de la concentration. Il s'agit de phénomènes normaux liés à la maladie, aux traitements et à la nécessité de « réentraînement » de l'organisme. Ils tendent à s'estomper avec le temps. La reprise sous forme **de temps partiel thérapeutique avec augmentation progressive du temps de travail** est très utile pour limiter ces symptômes. Informez-vous pour savoir si vous pouvez en bénéficier. Ces différents aspects peuvent être abordés avec votre médecin traitant, et, pour les salariés, avec votre médecin du travail. Vous pouvez également solliciter les conseils des **consultations spécialisées dans le retour au travail après cancer.** Enfin, l'accompagnement par un psychologue peut être très utile.

Retenez que, durant les premiers mois de la reprise, une évaluation régulière de la situation est à prévoir ; si vous rencontrez des difficultés, vous ne devez pas rester seul.

Les aides possibles pour une reprise d'emploi adaptée

Quel que soit votre statut (salarié, à la recherche d'un emploi ou travailleur indépendant), renseignez-vous sur les aides dont vous pouvez bénéficier pour le retour au travail.

Il existe un certain nombre de dispositifs visant à **aider les patients dans leur retour au travail.** Leur obtention est soumise à des conditions, il est impossible d'en faire une liste exhaustive. Vous pouvez demander à rencontrer une assistante sociale qui vous expliquera les mesures auxquelles vous pourrez prétendre. Citons ici deux exemples d'aides au retour au travail.

Le temps partiel thérapeutique après un cancer

Il s'agit globalement d'un arrêt de travail à temps partiel permettant un retour progressif au travail.

Le travail est généralement repris à 50 % au début, puis augmenté progressivement. Il est prescrit par le médecin traitant ou l'oncologue et accordé par le médecin-conseil de l'assurance maladie pour les salariés du secteur privé ou une commission médicale pour les salariés du secteur public. Les accords du médecin du travail et de l'employeur sont également nécessaires pour la **reprise à temps partiel thérapeutique.** L'assurance maladie continue à verser les indemnités journalières. L'employeur verse la partie du salaire correspondant au temps travaillé.

La Reconnaissance en qualité de travailleur handicapé (RQTH)

Lorsqu'un patient rencontre des difficultés dans son poste de travail du fait de son état de santé, une reconnaissance en qualité de travailleur handicapé peut être envisagée, mais celle-ci est rare. Un dossier en 3 parties, complété par le médecin traitant ou l'oncologue, le médecin du travail et vous-même doit être adressé à la Maison Départementale des Personnes Handicapées qui, après étude du dossier, reconnaîtra le statut de travailleur handicapé pour une durée déterminée. Cette reconnaissance a plusieurs intérêts par exemple :

- Le statut de travailleur handicapé permet de bénéficier de l'accompagnement de certains organismes spécialisés dans le maintien ou retour à l'emploi des personnes en situation de handicap (SAMETH, Cap emploi…).
- Dans le cas où un aménagement de poste est nécessaire, l'entreprise peut bénéficier d'aides pour cet aménagement.
- Dans le cas où un changement de poste est nécessaire, le salarié peut bénéficier d'aides pour ce changement (aides pour le bilan de compétences, pour une éventuelle formation…).
- Par ailleurs, les entreprises comprenant au moins 20 salariés ont une obligation d'emploi de 6 % de travailleurs en situation de handicap. Vous n'avez pas l'obligation d'informer votre employeur de cette RQTH.

Fiche conçue avec la collaboration du Dr Laëtitia Rollin, médecin du travail, consultation d'aide à la reprise du travail après cancer, centre de pathologie professionnelle et environnementale du CHU de Rouen.

La question de…

Valérie C., 55 ans

« Quel est le moment idéal pour reprendre ? »

Il n'y a pas de règle précise. Ceci dépendra de votre état de santé et de votre poste de travail. Dans certains cas, le bon état général du patient associé à un poste de travail aménagé permet même de maintenir une activité professionnelle pendant la prise en charge de la maladie. Dans la majorité des cas, un arrêt de travail est cependant nécessaire pendant les soins, et se pose donc la question de la date idéale pour la reprise. Les interlocuteurs principaux qui peuvent vous aider dans la détermination de cette date sont votre oncologue et votre médecin traitant qui connaissent bien votre état de santé, et le médecin du travail qui a en plus la connaissance des contraintes de votre poste de travail.

En savoir plus

1. Fiches Info Roche, Série Cancer et travail, https://www.roche.fr/articles/cancer-travail
2. Atousante.com, Rester ou revenir au travail avec un cancer, https://www.atousante.com/actualites/rester-revenir-travail-avec-cancer/
3. Ligue contre le cancer, Cancer et vie professionnelle, https://www.ligue-cancer.net/articles/cancer-et-vie-professionnelle-un-besoin-daccompagnement-des-personnes-malades-et-de

M-FR-00003522-2.0 - Établi en mai 2025