

Staying at work is good medicine

By Dr. Paul Atkinson, Chief Medical Officer, WorkSafeNB

We often see patients who have injured themselves in the workplace and feel they need to stop working completely to recover properly. Perhaps they've injured their wrist and can't lift as much weight or move things as easily as their role demands.

But through communication between the patient, their physician, and their employer, roles can often be adjusted to allow them to return to work earlier.

While we all face the pressure of providing the "off-work" note, it is becoming more apparent that as advocates for our patients, we should encourage early return to work.

It is better for patients to be at work in their role or a modified role, as this has been shown to positively impact recovery from any injury and improves general physical and mental health.

This is not always easy and it is likely to take time to explain the benefits, yet the evidence now available would suggest that it is time well spent.

Choosing Wisely Canada is part of the global movement to reduce unnecessary tests and treatments in health care. The Occupational Medicine Specialists of Canada (OMSOC) established its Top 5 Choosing Wisely Recommendations by consensus and literature review methods and their number one recommendation is as follows: **Don't endorse clinically unnecessary absence from work.**

"There is substantial evidence to support the positive link between work and physical, mental and social health. Both employment and income are separate determinants of health and are used as health status indicators.

Absence from work contributes to declining health, slower recovery times, and longer duration of disability. Maintaining and restoring working capacity is an important function of health services, which improves function and can also impact recovery and prognosis.

Supporting unnecessary restrictions or total absence from work creates disability which in turn negatively impacts a patient's health. When asked to provide an opinion on functional abilities to employers or insurers, the focus should be on abilities. Restrictions should be objective, specific, and listed only when absolutely medically indicated."

To fulfill this recommendation, physicians need ample information about the injured patient's role at work and ongoing communication with the injured patient, employer and WorkSafeNB employees to ensure a collaborative process. There are challenges in the often complex nature of the process.

Recognizing the need to improve the return to work process, the New Brunswick Medical Society and WorkSafeNB are engaging with New Brunswick physicians to identify challenges and recommend solutions that will be used to help physicians enable patients to stay at work or return to work earlier following an injury.



Rester au travail : un bon remède

Dr Paul Atkinson, médecin-chef, Travail sécuritaire NB

Souvent, des patients qui se sont blessés au travail croient devoir cesser complètement de travailler pour bien se rétablir. Ils se sont peut-être blessés au poignet et ne peuvent pas soulever autant de poids ou déplacer des objets aussi facilement que leur rôle l'exige.

Mais grâce à la communication entre le patient, son médecin et son employeur, les rôles peuvent être modifiés pour permettre au patient de retourner plus rapidement au travail.

Nous sommes tous un jour ou l'autre confrontés à la nécessité de donner une note médicale, mais il devient de plus en plus clair que nous devrions encourager le retour rapide au travail à titre de défenseurs des intérêts de nos patients.

Il est préférable que les patients soient au travail pour occuper leurs fonctions habituelles ou modifiées, car il a été démontré que cela avait un effet positif sur le rétablissement de n'importe quelle blessure en plus d'améliorer la santé physique et mentale.

Cela n'est pas toujours facile et il faudra probablement du temps pour expliquer les avantages du retour au travail, mais les preuves actuelles laissent entendre que c'est du temps bien employé.

Choisir avec soin fait partie d'un mouvement généralisé destiné à réduire les tests et les traitements inutiles en soins de santé. L'association Occupational Medicine Specialists of Canada (OMSOC) a établi par consensus et

grâce à des méthodes d'examen de documents cinq recommandations prioritaires Choisir avec soin. Voici sa recommandation primordiale : **Évitez d'approuver une absence du travail non justifiée sur le plan clinique.**

« On dispose de nombreuses preuves de l'existence d'un lien positif entre le travail et la santé (physique, mentale et sociale). L'emploi et le revenu sont tous deux des déterminants de la santé et servent d'indicateurs de l'état de santé.

L'absence du travail contribue au déclin de l'état de santé, à un accroissement du délai de récupération et au prolongement de la maladie. L'une des principales fonctions des services de santé consiste à maintenir et à rétablir la capacité de travailler, ce qui permet d'améliorer le fonctionnement et peut influencer sur la récupération et le pronostic.

En sanctionnant une limitation d'activités non justifiée ou encore une invalidité totale (absence du travail), on crée une incapacité qui, en retour, a un effet néfaste sur la santé. Lorsqu'il s'agit de fournir à un employeur ou à un assureur une opinion sur les capacités fonctionnelles d'une personne, on devrait mettre l'accent sur ses capacités; les limitations devraient être évaluées objectivement et avec précision, et ne devraient être indiquées qu'en cas d'absolue nécessité sur plan médical. »

Pour donner suite à cette recommandation, les médecins ont besoin de beaucoup d'information sur le rôle au travail du patient blessé et de communication continue avec le patient blessé, l'employeur et les employés de Travail sécuritaire NB afin d'assurer une bonne collaboration. La nature souvent complexe du processus est riche en défis.

Reconnaissant la nécessité d'améliorer le processus de retour au travail, la Société médicale du Nouveau-Brunswick et Travail sécuritaire NB s'engagent avec les médecins du Nouveau-Brunswick à cerner les défis et à recommander des solutions qui serviront à aider les médecins à aider les patients à rester au travail ou à retourner plus rapidement au travail à la suite d'une blessure.