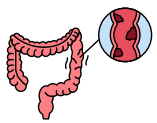


Les MII au travail : Soutenir les employés

Qu'est-ce qu'une maladie inflammatoire de l'intestin (MII) ?

Les MII (maladies inflammatoires chroniques de l'intestin) sont un terme générique désignant les affections inflammatoires chroniques touchant le tube digestif.

Les deux formes les plus courantes sont :



Colite Ulcéreuse (CU)



Maladie de Crohn

Quels sont les besoins d'une personne atteinte d'une MII au travail ?

Bien que les besoins varient, certains points communs se dégagent. Les personnes atteintes d'une MII bénéficient souvent de :

Accès prévisible aux toilettes

Identifiez vos déclencheurs et reconnaissez les premiers signes d'une poussée



Horaires flexibles

Heures de début, pauses, options à distance



Comprendre les poussées symptomatiques



Soutien à la gestion de l'énergie

Surtout avec la fatigue



Respect de la vie privée et sécurité psychologique

Capacité de travailler, de vivre et de socialiser sans crainte d'être jugé ou de subir des conséquences dues à des symptômes imprévisibles



Le saviez-vous?



- Au Canada, environ 322 000 personnes vivent avec une MII (maladie inflammatoire de l'intestin)
- Les taux sont parmi les plus élevés au monde

Comment les MII sont-elles traitées ?

Médicaments à gérer



- Anti-inflammatoires
- Immunosuppresseurs
- Produits biologiques

Facteurs liés au mode de vie



- Stresser
- Dormir
- Activité physique

Stratégies nutritionnelles



- Favoriser la santé intestinale
- Réduire les déclencheurs

Suppléments



- Fer
- Vitamine B12
- Vitamine D

Symptômes des MII

- Douleurs abdominales
- Diarrhée chronique
- Selles de nuit
- Saignements rectaux
- Ballonnements et gaz
- Perte de poids
- Fièvre
- Fatigue
- Anémie
- Anxiété
- Dépression

L'un des symptômes les plus perturbateurs est l'**urgence intestinale**. Dans un contexte professionnel, cela peut :

Interrompre les réunions ou les tâches

Limiter la participation à certains rôles ou environnements

Anxiété liée à l'éloignement des toilettes

Cela peut entraîner de la gêne ou une stigmatisation.

Comment un employeur peut-il soutenir un employé atteint d'une MII ?

Le soutien des employeurs peut avoir un impact significatif sur le bien-être et le rendement des employés.



Un soutien efficace ne nécessite pas de changements majeurs ; c'est souvent une question de **flexibilité**, de **compréhension** et de **communication**.



Solutions pratiques pour gérer l'IBD en milieu de travail : à l'intention des employeurs

Normaliser les modalités de travail flexibles

Examiner l'accès des employés aux prestations de santé

Former les cadres aux maladies invisibles

Privilégiez les résultats plutôt que les processus rigides

Encouragez une culture de confiance et de respect

De petits ajustements pratiques mènent souvent à une meilleure **productivité**, à une **réduction de l'absentéisme** et à une **meilleure qualité de vie**.