



# Réduire les Troubles Musculo-Squelettiques\* chez le personnel d'étage

FICHE  
PRATIQUE  
N° 7

## LES LITS

### L'ORGANISATION

- Préférer faire les lits à deux, notamment pour les lits de grande taille.

### LES LITS

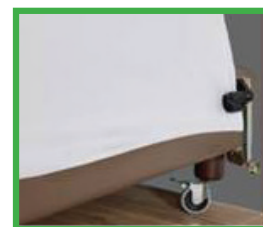
- Prévoir un espace suffisant autour du lit.
- Avoir un lit d'une hauteur conseillée de 60 cm.
- Limiter le poids des matelas (étudier la possibilité d'avoir des sur-matelas).

### LE LINGE

- Limiter le poids des couettes, des couvre-lits et des couvertures.
- Prévoir des housses de couette avec :
  - L'ouverture sur toute la largeur de la housse et des fentes aux angles supérieurs,
  - ou à boutons-pression sur 2 ou 3 côtés.

### LES OUTILS

- Equiper les lits d'un système de pinces pour faciliter le changement des housses de couette.
- Equiper les lits de roues pour faciliter leur déplacement.



### LES LITS A HAUTEUR VARIABLE (lève-lits)

- Système mécanique ou électrique permettant de monter les lits à hauteur des hanches (nécessite un espace de débattement suffisant).



### FABRICANTS

[www.fixacouette.fr](http://www.fixacouette.fr) - [www.onrev.fr](http://www.onrev.fr) - [www.levly.fr](http://www.levly.fr)

\* Les maladies liées aux troubles musculo-squelettiques (tableaux 57 et 98 du régime général) sont les **1ères causes de maladies professionnelles** en France. En région PACA, pour les trois dernières années, dans le secteur HCR, elles ont été responsables de 37 000 jours d'arrêt pour un coût global de 3 000 000 euros HT.

#### Siège et administration :

AMETRA06 | Cap Var – Bâtiment D2 - 148 avenue Georges Guynemer – 06700 Saint-Laurent-du-Var  
E-mail : [administratif@ametra06.org](mailto:administratif@ametra06.org) • Tél. 04 92 00 24 70

Retrouvez toutes nos publications sur notre site Internet [www.ametra06.org](http://www.ametra06.org)