EndoFrance
Association française de lutte contre l'endométriose
Soutenir • Informer • Agir

EndoFrance vous accompagne dans vos démarches !

Ensemble, prenons en compte l'invisible.



- Pour qui ?
- Pourquoi ?
- Comment ?



RQTH* & Endométriose / Adénomyose

*Reconnaissance de la Qualité de Travailleur Handicapé

ENDOMÉTRIOSE, ADÉNOMYOSE ET RQTH

SOMMAIRE



p.4 Qu'est-ce qu'une RQTH et qui peut l'obtenir ?

p.6 Comment obtenir une RQTH ?

p.10 La RQTH en tant que salarié.

p.14 La RQTH en tant qu'indépendant.

p.18 De quelles aides financières peut-on bénéficier ?

p.21 Le saviez-vous ?

p.24 Est-ce que la RQTH pourrait m'être utile ?

p.25 Je veux en savoir plus et/ou faire une demande !

p.26 Liens utiles



Qu'est-ce qu'une RQTH ?

La reconnaissance de la qualité de travailleur handicapé (RQTH) est attribuée par la commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées (CDAPH) aux personnes handicapées.

Elle peut vous donner accès à des mesures favorisant l'insertion professionnelle ou le maintien dans l'emploi.

➡ Cette reconnaissance ouvre droit à un certain nombre d'avantages pour la personne en situation de handicap (orientation professionnelle par la CDAPH ou formation, aide des Cap emploi, aides de l'Agefiph ou du Fiphfp, etc.) et pour l'employeur (obligation d'emploi, aide au poste, etc.), sans pour autant ouvrir systématiquement droit à ces aides ou avantages, qui restent soumis à des conditions spécifiques.

Qui peut obtenir une RQTH ?

La RQTH est accordée à toute personne dont les possibilités d'obtenir ou de conserver un emploi sont effectivement réduites du fait de la dégradation d'au moins une fonction physique, sensorielle, mentale ou psychique.

Le demandeur de la RQTH doit être âgé de 16 ans ou plus et dégagé de toute obligation scolaire.



Et pour les 15-20 ans ?

Une équivalence existe pour tous les jeunes âgés de 15 à 20 ans avec un droit ouvert à l'allocation d'éducation de l'enfant handicapé (AEEH), la prestation de compensation du handicap (PCH) ou bénéficiant d'un projet personnalisé de scolarisation (PPS). Ces droits valent une RQTH pour les jeunes concernés.



Comment obtenir une RQTH ?



La constitution d'un dossier de demande de RQTH à la MDPH et son traitement prennent du temps.

Etape 1 :

Remplir, dater et signer le formulaire unique de demande à la MDPH (le formulaire Cerfa 15692*01), soit sur papier, soit en ligne. Beaucoup de MDPH proposent un téléservice qui permet d'effectuer la saisie en ligne du formulaire et le dépôt des documents obligatoires.

Etape 2 :

Compléter le formulaire avec les photocopies des justificatifs demandés :

- Carte nationale d'identité ;
- Justificatif de domicile ;
- Certificat médical rempli et signé par votre médecin.
  À noter qu'il s'agit d'un certificat spécifique et propre aux demandes faites auprès de votre MDPH.

Etape 3 :

Rédiger la partie « votre situation professionnelle (D) ».
Et cocher la case RQTH dans la partie E3 « Expression de demandes de droits et prestations ».

Etape 4 :

Compléter votre dossier avec des photocopies de documents utiles pour faire comprendre votre situation. Par exemple, un CV.
Ces documents sont facultatifs.
Ils aident néanmoins grandement l'équipe pluridisciplinaire qui évalue votre situation.

La MDPH dispose d'un délai de quatre mois pour répondre. L'absence de réponse à l'issue de ce délai vaut décision implicite de rejet.

Une décision de refus d'attribuer la RQTH peut-elle faire l'objet d'un recours ?

Oui. Une décision de refus peut faire l'objet d'un recours administratif préalable obligatoire (RAPO) auprès de la MDPH. Ce recours doit être exercé avant tout recours devant le tribunal.



Le RAPO doit être déposé dans un délai de 2 mois à partir de la réception de la décision contestée. Cette décision doit être jointe à votre recours.

L'absence de réponse pendant plus de 2 mois vaut décision implicite de rejet.

À partir de cette décision, explicite ou implicite, vous avez 2 mois pour faire un recours devant le tribunal administratif du lieu de votre résidence.

Quelle est la durée de la RQTH ? Peut-on demander son renouvellement ?

La RQTH est attribuée pour une durée allant de 1 à 10 ans.

La RQTH est renouvelable.

Toutefois, elle peut être attribuée à vie si votre handicap ne peut pas évoluer favorablement.

Le courrier vous accordant la RQTH précise sa durée d'attribution (ou l'absence de limitation de durée).



Il faut en faire la demande sur le formulaire papier ou directement en ligne (comme pour la demande initiale de RQTH).

→ Lorsque la RQTH n’est pas accordée à vie, il est nécessaire d’en demander le renouvellement 4 mois avant sa date de fin d’attribution.

Toute demande de renouvellement déposée avant l'échéance prolonge la RQTH jusqu'à la décision.



La RQTH en tant que salariée

Dois-je informer mon employeur de ma RQTH ?

Ce n'est pas une obligation. Mais vous pouvez l'en informer afin de pouvoir bénéficier d'un suivi individuel adapté auprès de la médecine du travail et d'adaptations du poste de travail adapté.

Une fois la RQTH obtenue, quelles sont les obligations des employeurs en matière d'emploi des personnes en situation de handicap ?



Le code du travail impose à tout employeur employant au moins 20 salariés une obligation d'emploi des travailleurs handicapés à hauteur de 6% de l'effectif total de l'entreprise.

➡ Dans ce cadre, le fait que vous soyez une personne en situation de handicap peut contribuer à répondre à cette obligation légale, sous réserve du respect des conditions prévues par la réglementation.

Quel suivi médical est prévu pour un salarié bénéficiant d'une RQTH ?

Tout travailleur qui déclare, lors de la visite d'information et de prévention, être considéré comme travailleur handicapé est orienté sans délai vers le médecin du travail, qui peut préconiser des adaptations de son poste de travail.

Le médecin du travail détermine la périodicité et les modalités du suivi de son état de santé qui peut être réalisé par un professionnel de santé.

Le médecin du travail peut préconiser des aménagements du poste de travail en fonction des besoins du salarié.



L'employeur, soumis à une obligation de sécurité, doit tout mettre en œuvre pour assurer la santé et la sécurité du salarié. Ainsi, il devra, dans la mesure du possible, adapter le poste de travail du salarié bénéficiant d'une RQTH, selon les préconisations du médecin du travail.

Une RQTH me protège-t-elle contre un licenciement ?

Non

Tout salarié, même avec une RQTH, peut être licencié dès lors que l'employeur justifie d'une cause réelle et sérieuse.

En effet, un licenciement peut notamment être motivé par une faute du salarié, l'insuffisance professionnelle du salarié, un motif économique indépendant du salarié.

→ En revanche, un employeur ne peut pas licencier un salarié en raison de son état de santé. Un tel licenciement serait discriminatoire.

Il faut néanmoins savoir que les absences répétées ou prolongées d'un salarié peuvent justifier son licenciement si ces absences nuisent au bon fonctionnement de l'entreprise et nécessitent le remplacement définitif du salarié.

Enfin, si le médecin du travail estime que le salarié est inapte à son poste et qu'aucun poste de reclassement n'est possible dans l'entreprise, le salarié peut être licencié pour inaptitude médicale.



Le code du travail prévoit qu'en cas de licenciement, la durée du préavis est doublée pour les bénéficiaires d'une RQTH, sans toutefois que cette mesure puisse avoir pour effet de porter au-delà de trois mois la durée de ce préavis (sauf si la convention collective prévoit une durée de préavis au moins égale à trois mois).



La RQTH en tant que travailleur indépendant

Si je suis travailleur indépendant, puis-je bénéficier d'un suivi médical au même titre qu'un salarié ?

En tant que travailleur indépendant, vous pouvez également adhérer à un service de prévention et santé au travail interprofessionnel qui pourra vous accompagner.



Depuis la loi du 2 août 2021 (décret n° 2022-681 du 26 avril 2022), les services de prévention et de santé au travail interentreprises (SPSTI) doivent proposer une offre spécifique aux travailleurs indépendants.

La loi dispose que les travailleurs indépendants peuvent s'affilier au **SPSTI de leur choix**, et bénéficient d'une offre spécifique de services en matière de prévention des risques professionnels, de suivi individuel et de prévention de la désinsertion professionnelle.

Un référent mobilisera une cellule pluridisciplinaire (services médicaux, services sociaux, services administratifs, services de prévention, action sociale, prévention, invalidité...) qui vous aidera à rechercher la meilleure solution pour maintenir votre activité tout en ménageant votre santé.

La cellule pluridisciplinaire procède à une analyse de votre situation (médicale, économique et sociale) afin de vous proposer le dispositif d'accompagnement le mieux adapté.

Ce diagnostic est global et envisage tous les scénarios (maintien au poste, reconversion interne, externe) en prenant en compte une multitude de facteurs et en intégrant les aspects techniques, juridiques et financiers liés à chaque scénario.

Après l'analyse de la situation, plusieurs solutions peuvent être envisagées :

- le maintien dans la même activité avec un aménagement de votre emploi et/ou de l'environnement professionnel. Ces aménagements peuvent prendre différentes formes : adaptations techniques, ajustements organisationnels ou encore mise en place d'un accompagnement humain ;
- l'orientation vers une autre activité indépendante (changement de secteur) ;
- un changement de statut.



Puis-je obtenir une aide financière si je suis travailleur indépendant et que je rencontre une difficulté ?

Il existe une aide réservée aux travailleurs indépendants : l'aide au maintien en activité (AMA).

La RQTH n'est pas systématiquement exigée pour bénéficier de l'AMA.

L'aide au maintien en activité (AMA) :

En pratique, l'AMA peut contribuer à financer :

- un aménagement de l'environnement professionnel ;
- une réorientation professionnelle éventuelle ;
- une aide au remplacement du travailleur indépendant malade ;
- une consultation médico-professionnelle dans le cadre du dispositif de Prévention de la Désinsertion Professionnelle des Travailleurs Indépendants (PDP TI) ;
- des aides techniques au poste de travail ;
- la prise en charge de frais de formation ;
- la prise en charge des frais pour un bilan de compétences ;
- l'embauche d'un salarié si le travailleur indépendant est malade ;
- l'adaptation du véhicule...

Pour bénéficier de l'AMA, il faut être cotisant indépendant actif. Il n'est pas nécessaire d'être en arrêt de travail.

L'attribution de l'AMA repose sur une évaluation individuelle, dans la limite d'un plafond défini.

➡ L'assuré doit faire sa demande d'aide auprès de sa caisse d'assurance maladie d'affiliation en remplissant le formulaire national de demande (PDF) présentant les causes des difficultés et le motif de la demande, au sein duquel les pièces à joindre au dossier sont listées.

Le dispositif HELP : En parallèle, les travailleurs indépendants dont la santé impacte l'activité professionnelle peuvent également solliciter le dispositif HELP auprès du CPSTI (Urssaf)[1], en complément de l'AMA. Ces deux aides sont compatibles et cumulables.

[1] https://www.urssaf.fr/accueil/services/services-independants/help-demander-aide-coordonnee.html



Plus généralement, quelles sont les aides financières dont peut bénéficier une personne ayant une RQTH ?

(quel que soit le statut)

La personne handicapée ou qui assume la charge d'une personne handicapée peut bénéficier des prestations suivantes :

Allocation aux adultes handicapés (AAH) :

L'AAH est attribuée, sur demande auprès de la maison départementale des personnes handicapées, aux personnes remplissant les critères suivants :

- justifier d'un taux d'incapacité permanente d'au moins 80 %, ou compris entre 50 et moins de 80 % en cas de restriction substantielle et durable d'accès à l'emploi ;
- être âgé d'au moins 20 ans (16 ans si l'enfant ne remplit plus les critères d'attribution des prestations familiales) ;
- résider en métropole ou dans les départements et certaines collectivités d'outre-mer ;
- ne pas pouvoir prétendre à un avantage de vieillesse (sauf l'allocation de solidarité aux personnes âgées) ou d'invalidité ou à une rente d'accident du travail (sauf prestation complémentaire pour aide constante d'une tierce personne) d'un montant au moins égal, une allocation différentielle étant versée si l'avantage est inférieur ;
- justifier de ressources personnelles perçues durant l'année (ou le trimestre le cas échéant) ne dépassant pas un certain plafond.

La décision d'attribution est prise par la CDAPH (Commission des droits et de l'autonomie des personnes handicapées), tandis que le versement est assuré par un autre organisme.

Prestation de compensation du handicap (PCH)

La PCH est ouverte aux personnes de moins de 60 ans ayant une difficulté absolue à la réalisation d'une activité essentielle de la vie quotidienne (se laver, se déplacer...) ou une difficulté grave pour au moins 2 activités (de façon définitive ou pour une durée d'au moins un an).

Elle compense en tout ou partie les charges générées par le handicap :

- aides humaines ou techniques dont le soutien à la parentalité des personnes handicapées ;
- aménagement du logement, du véhicule ou surcoûts résultant du transport ;
- produits liés au handicap ;
- aides animalières.

La PCH est accordée pour une période définie et peut être renouvelée. Lorsque le handicap n'est pas susceptible d'évoluer favorablement, un droit à la PCH est ouvert sans limitation de durée.

➡ La prestation doit être demandée à la maison départementale des personnes handicapées. Elle est versée par le département, en espèces ou en nature au choix du bénéficiaire.

La RQTH, l'AAH et la PCH font l'objet de demandes et de décisions distinctes : l'attribution de l'une n'entraîne pas automatiquement celle des autres.



Le saviez-vous ?

L'endométriose et l'adénomyose ne donnent pas automatiquement droit à une RQTH.

Ce n'est pas le diagnostic d'endométriose ou d'adénomyose, à lui seul, qui détermine l'attribution d'une RQTH. Ce sont notamment les conséquences de votre état de santé sur votre possibilité d'obtenir ou de conserver un emploi qui sont prises en compte.

À RETENIR :

Dans votre dossier, décrivez concrètement ce que vos symptômes changent dans votre travail : douleurs, fatigue, difficultés de concentration, troubles digestifs ou urinaires, difficultés à rester assise ou debout, déplacements difficiles...

Les patientes se sentent encore peu informées sur leurs droits au travail

Dans l'enquête EndoVie 2 (Ipsos bva, 2025), 73 % des femmes atteintes d'endométriose actuellement en emploi interrogées déclarent se sentir mal informées sur leurs droits dans le cadre professionnel.

À RETENIR :

Vous pouvez vous faire accompagner pour préparer votre demande et solliciter la MDPH de votre département.

Vous n'êtes pas obligée d'informer votre employeur de votre RQTH.

La démarche et la décision de faire connaître votre RQTH à votre employeur vous appartiennent. La communiquer peut toutefois être utile lorsque vous souhaitez mobiliser certains dispositifs ou faciliter la mise en place d'adaptations.

À RETENIR :

Vous pouvez aussi solliciter la médecine du travail pour parler de vos difficultés professionnelles et de vos besoins.

Une RQTH ne signifie pas que vous êtes inapte à travailler.

La RQTH est notamment un outil destiné à favoriser l'insertion professionnelle et le maintien dans l'emploi. Selon votre situation et les préconisations du médecin du travail, des adaptations peuvent être envisagées.

À RETENIR :

Pour l'endométriose et l'adénomyose, les besoins peuvent par exemple concerner l'organisation du temps de travail, le télétravail lorsque le poste le permet, la limitation de certains déplacements, des pauses ou l'ergonomie du poste. Ces aménagements ne sont pas automatiques et dépendent de chaque situation.

Est-ce que la RQTH pourrait m'être utile ?

Quelques questions peuvent vous aider à identifier si vous avez intérêt à vous renseigner :

- Mes symptômes rendent-ils certaines journées de travail particulièrement difficiles ?
- Ai-je des difficultés à rester assise ou debout, à me déplacer ou à effectuer certaines tâches ?
- La fatigue ou la douleur affectent-elles ma concentration ?
- Ai-je besoin que mon organisation ou mon poste de travail soit adapté ?
- Mon état de santé fragilise-t-il mon maintien dans mon emploi ou mon projet professionnel ?
- Mes symptômes liés à l'endométriose et/ou l'adénomyose m'obligent à prendre régulièrement des arrêts maladie.

Si vous vous reconnaissez dans certaines de ces situations, vous pouvez vous renseigner sur la RQTH et en parler avec les professionnels qui vous accompagnent.

Pour aller plus loin

BESOIN D'ÊTRE INFORMÉE
OU ACCOMPAGNÉE ?

Contactez les bénévoles EndoFrance :

https://www.endofrance.org/nous-contacter/

Nos bénévoles ne sont pas habilitées à dispenser des conseils juridiques. Elles sont néanmoins à votre écoute pour vous informer sur la maladie et vous orienter vers les professionnels et organismes compétents.

VOUS SOUHAITEZ FAIRE UNE
DEMANDE DE RQTH ?

Accédez au formulaire officiel de demande à la MDPH (Cerfa n° 15692*01) :

https://www.monparcourshandicap.gouv.fr/aides/formulaire-de-demande-la-mdph-cerfa-ndeg-1569201



Source du chiffre : EndoVie 2, Ipsos bva – Gedeon Richter – EndoFrance – Endomind, novembre 2025, femmes actuellement en emploi (n=1 832).

Liens utiles

MDPH : https://mdphenligne.cnsa.fr/

CAP Emploi : https://www.capemploi.info/

Agefiph : https://www.agefiph.fr/

La RQTH (Service Public) : https://www.service-public.gouv.fr/particuliers/vosdroits/F1650

L'Invalidité (Assurance Maladie) : https://www.ameli.fr/eure/assure/droits-demarches/invalidite-handicap/invalidite

© EndoFrance

Livret réalisé en octobre 2026 et
relu par une avocate en droit du travail.
Ce document ne constitue pas un avis juridique.

Rédaction : EndoFrance
Mise en page : Camille Pichot • Impression : Grafik plus

EndoFrance - Association française de lutte contre l'endométriose, agréée par le ministère de la Santé et le ministère de l'Education nationale

www.endofrance.org

EndoFrance

Association française de lutte contre l'endométriose

Soutenir - Informer - Agir

SUIVEZ-NOUS



Ne pas jeter sur la voie publique.

Ce document est la propriété d'EndoFrance | www.endofrance.org