

A. Symptômes suggérant la présence d'une commotion cérébrale

- | | |
|--|---|
| <ul style="list-style-type: none">• Mal de tête• Pression dans la tête• Douleur au cou• Nausée ou vomissement• Étourdissement• Vision floue/vision double• Problème d'équilibre• Sensibilité à la lumière• Sensibilité au bruit• Sentiment d'être au ralenti• Sentiment d'être dans la brume• Engourdissement | <ul style="list-style-type: none">• Sentiment de ne pas être comme d'habitude• Difficulté à se concentrer• Difficulté à se souvenir• Fatigue ou baisse d'énergie• Sentiment d'être confus• Somnolence• Difficulté à s'endormir• Émotivité accrue• Irritabilité• Tristesse• Nervosité ou anxiété |
|--|---|

Note : Ces symptômes ne sont pas spécifiques aux commotions cérébrales et peuvent être présents chez certaines personnes même s'il n'y a pas de commotion. Il faut donc prendre une décision sur la base des symptômes survenus à la suite des circonstances ayant mené à l'identification de l'épisode de commotion cérébrale (source : SCAT3, version française).

B. Facteurs aggravants à considérer lors d'une commotion cérébrale : la présence d'un ou plusieurs de ces facteurs peut justifier un maintien prolongé hors des activités à risque ou une référence pour un avis en milieu spécialisé (traduit et adapté de McCrory et autres, 2013)

- Symptômes nombreux, graves ou ayant persisté plus de dix jours
- Perte de connaissance de plus d'une minute
- Amnésie (perte de mémoire)
- Convulsions
- Commotions multiples ou rapprochées dans le temps (ex. : même saison)
- Plus grande fragilité aux commotions cérébrales (elles surviennent à la suite d'impacts de plus en plus faibles)
- Récupération plus lente (de plus en plus longue lors des nouveaux épisodes)
- Âge (moins de 18 ans)
- Conditions associées : migraines, TDAH, trouble d'apprentissage, trouble du sommeil, dépression ou autre condition psychiatrique active
- Médication : psychostimulant, anticoagulant
- Comportement : style de jeu dangereux
- Sport à très haut risque (ex. : sport de combat)

C. Milieux spécialisés dans l'évaluation des commotions cérébrales

- Les personnes présentant des symptômes prolongés ou des facteurs aggravants à la suite d'une commotion cérébrale ont avantage à bénéficier d'une évaluation multidisciplinaire dans un milieu spécialisé en commotions cérébrales.
- Cette évaluation permettra de mieux documenter les atteintes fonctionnelles découlant de la commotion cérébrale elle-même, mais également de considérer l'éventuelle présence de problèmes associés (ex. : **atteintes de la région cervicale**, **atteintes vestibulaires** ou **conséquences psychologiques** à caractère anxieux ou dépressif).
- Cette évaluation permettra d'élaborer des recommandations et un plan d'intervention particuliers à chaque individu.
- De telles cliniques devraient combiner ou prévoir l'accès au moment opportun à des expertises de domaines reconnus tels que la neuropsychologie, la réadaptation et la médecine.

