

Outil de reconnaissance des commotions cérébrales d'Olympiques spéciaux Canada

Cet outil sert au dépistage d'une possible commotion cérébrale à la suite d'un impact. Il ne doit pas être utilisé pour établir un diagnostic.

1. Vérifiez si l'athlète présente des signes d'une blessure plus grave à la tête ou à la colonne vertébrale.

Si l'athlète présente l'un de ces signes et que celui-ci est inhabituel pour lui, traitez l'incident comme une urgence médicale potentielle et obtenez immédiatement une aide médicale.

Si le personnel médical sur place n'est pas immédiatement disponible, appelez le 911.

Après l'impact, est-ce que quelqu'un a vu l'athlète :

- Perdre connaissance pendant un certain temps
- Faire une crise ou avoir des convulsions
- Vomir plus d'une fois

Est-ce que l'athlète présente les symptômes suivants :

- Une douleur ou une sensibilité au cou
- Une vision double
- Une faiblesse ou une sensation de picotement dans les bras/jambes
- Un mal de tête sévère ou qui s'intensifie
- Une détérioration de son état de conscience
- Une nervosité, une agitation ou une agressivité croissante

Ces signes/symptômes sont-ils inhabituels pour cet athlète?

Si une blessure plus grave n'est pas soupçonnée, passez aux étapes suivantes de l'Outil.

2. Vérifiez si l'athlète présente des signes ou des symptômes courants de commotion cérébrale.

Un seul signe ou symptôme, s'il n'est pas habituel pour l'athlète, suffit pour soupçonner une commotion cérébrale.

Demandez à l'entraîneur ou au parent/tuteur de l'athlète de vous aider à déterminer si celui-ci démontre un état ou un comportement inhabituel.

Est-ce que quelqu'un a vu l'athlète :

- Rester allongé de façon immobile sur le sol ou la surface de jeu
- Se relever lentement après un coup direct ou indirect à la tête
- Être désorienté, confus ou incapable de répondre correctement aux questions
- Perdre l'équilibre, marcher difficilement, manquer de coordination motrice, trébucher ou faire des mouvements lents et laborieux
- S'agripper la tête
- Avoir le regard vide ou inexpressif
- Avoir une blessure au visage après un traumatisme à la tête

Est-ce que l'athlète présente les symptômes suivants :

- Mal de tête ou sensation de pression dans le crâne
- Nausées ou vomissements
- Problèmes d'équilibre
- Somnolence
- Étourdissements
- Vision brouillée
- Sensibilité à la lumière
- Sensibilité au bruit
- Fatigue ou manque d'énergie
- Irritabilité ou émotivité accrues
- Tristesse
- Nervosité ou anxiété
- Problèmes de concentration
- Problèmes de mémoire
- Sensation d'être au ralenti
- Sensation d'être « dans le brouillard »
- Sensation de « ne pas être dans son assiette »

Ces signes/symptômes sont-ils inhabituels pour cet athlète?

3. Posez des questions simples pour évaluer la mémoire.

Une difficulté à répondre à des questions, si ce comportement n'est pas habituel pour l'athlète, pourrait indiquer une possible commotion cérébrale.

Demandez à l'entraîneur ou au parent/tuteur de l'athlète de vous aider à déterminer si celui-ci démontre un niveau de compréhension et une capacité à répondre aux questions qui sont inhabituels pour lui.

Exemples de questions :

- À quel endroit sommes-nous aujourd'hui?
- À quel sport participes-tu?
- Sommes-nous le matin ou l'après-midi?
- À quelle période/manche sommes-nous? (Modifier la question en fonction du sport [p. ex. manche, période, ronde])
- Qui a marqué en dernier dans ce match?
- Ton équipe a-t-elle gagné le dernier match?

L'entraîneur ou le parent/tuteur de l'athlète peut aider à confirmer les réponses.

Prochaines étapes : Tout athlète que l'on soupçonne d'avoir subi une commotion cérébrale doit être immédiatement retiré de la compétition. Suivez le Protocole de gestion des commotions cérébrales d'Olympiques spéciaux Canada. Avant que l'athlète passe un examen médical :

- L'athlète ne doit pas être laissé seul;
- L'athlète ne doit pas être renvoyé à la maison par lui-même;
- La personne à joindre en cas d'urgence de l'athlète doit être informée de l'incident pour éviter que l'athlète tente de rentrer seul à la maison.