



Conduite à tenir devant Une commotion cérébrale

C'est quoi une Commotion Cérébrale ?

C'est une perte de à court terme de la fonction cérébrale en raison d'un choc léger à la tête.

Cette perte de la fonction cérébrale se traduit par une modification du comportement du sujet. Elle traduit une lésion du cerveau.

Moins de 10% des commotions cérébrales impliquent une perte de connaissance.

Près d'un tiers sont dues à un accident de sport.

Comment reconnaître une Commotion Cérébrale ?

On suspecte une commotion cérébrale suite à un choc sur la tête et l'apparition immédiat ou retardée de signes cliniques plus ou moins complet en aspect ou en association :

- Perte de conscience
- Confusion
- Amnésie
- Etourdissement
- Bourdonnements d'oreilles
- Troubles de l'équilibre ou de coordination
- Nausées, Vomissement
- Maux de tête

Que faire sur le Terrain ?

Lors d'un choc sur la tête et devant l'absence de signes,

1. 5 questions à poser :

- Où Sommes Nous ?
- Quelle mi temps ?
- Qui a marqué le dernier but ?
- Contre quelle équipe as-tu joué ton dernier Match ?
- Qui a gagné ?

2. Réaliser un test d'équilibre

Demandé à l'individu de tenir 20 secondes, debout, yeux fermés, mains sur les hanches pieds alignés.
A répéter 5 fois

5 ERREURS AUX QUESTIONS OU 5 DÉSEQUILIBRES EST CONSIDÉRÉ COMME UN ECHEC



Quelle attitude à avoir

1. Tests Normaux

La reprise du jeu est possible tout en réalisant une simple surveillance pendant, après et les jours qui suivent.

2. Echec aux tests

COMMOTION CEREBRALE SUSPECTEE

SORTIE DU TERRAIN par une équipe rompue à cet exercice, sur un brancard à plan dur et après avoir mis un collier cervical adapté à la taille du cou.

EXAMEN MEDICAL IMMEDIAT avec un transfert vers un centre d'urgence le plus proche dans un véhicule médicalisé.