

Module B: Reconnaître

Ce module présente une information sur:

- comment identifier une commotion, incluant
- les signes et symptômes communs ainsi que
- comment identifier les signaux d'alerte d'une blessure plus grave.

N'importe quelle force qui fait bouger rapidement le cerveau à l'intérieur du crâne peut occasionner une commotion. Une commotion devrait être présumée chaque fois qu'un individu reçoit un choc direct à la tête ou un coup violent au corps.

Toutes les commotions potentielles devraient être traitées sérieusement et il est important de comprendre que l'intensité de l'impact n'est pas nécessairement une indication de la gravité de la commotion. Chaque commotion est unique et chaque personne peut ressentir des symptômes différents.

Une commotion peut se traduire par une série de signes et symptômes physiques, comportementaux, émotionnels et cognitifs. Les signes sont ce que vous pouvez voir, comme trébucher, alors que les symptômes sont ce que ressent la personne et ce qu'elle vous exprime, comme les maux de tête.

Les signes immédiats d'une commotion peuvent inclure : la perte de conscience, être couché sans bouger, la lenteur pour se lever, le trébuchement, les problèmes d'équilibre, le manque de coordination, se tenant la tête, sembler abasourdi et confus et les troubles de l'élocution.

Les symptômes physiques peuvent inclure : maux de tête, nausées, vision floue ou double, vision d'étoiles ou de lumières, étourdissements ou vertiges, sensibilité à la lumière ou au bruit, tintement dans les oreilles ou douleur au cou.

Les signes et symptômes comportementaux ou émotionnels peuvent inclure : somnolence ou fatigue, irritabilité, tristesse, dépression et anxiété.

Les signes et symptômes cognitifs peuvent inclure : le sentiment « d'être au ralenti », « un pas derrière », « dans le brouillard » ou « confus » et la difficulté pour se concentrer et se souvenir.

Les problèmes de sommeil peuvent inclure des difficultés à s'endormir ou dormir plus que d'habitude.

Les signes et symptômes peuvent apparaître immédiatement ou peuvent survenir dans les heures et jusqu'à 2 jours suivant l'évènement. Il est important de comprendre que la perte de conscience n'est pas fréquente: En fait, dans la plupart des cas, une personne souffrant d'une commotion ne perdra pas conscience.

Si quelqu'un semblait avoir eu une blessure à la tête a un de ces « signaux d'alarme » dans les premières 48 heures après l'évènement, un examen immédiat par un médecin urgentiste est nécessaire:

- douleur au cou ou sensibilité;
- vision double;
- faiblesse ou sentiments de fourmillements ou brûlure dans les bras ou les jambes;
- maux de tête sévère ou s'intensifiant;
- crise d'épilepsie ou convulsions;
- perte de conscience;

- détérioration de l'état de conscience avec la personne devenant somnolente ou lente à répondre;
- vomissements;
- devenant de plus en plus nerveuse, agitée ou agressive.

Poursuivez le questionnaire pour tester vos connaissances sur comment reconnaître une commotion.