

Module C: Réagir

Ce module présente une information sur:

- comment répondre à un évènement susceptible de provoquer une commotion.

Le CATT Commotion cérébrale sentier est une représentation visuelle de la réaction et la gestion appropriées d'une commotion soupçonnée.

Quand une commotion potentielle a été identifiée, la prochaine étape est d'agir de manière appropriée. Chaque situation est différente mais une réaction appropriée commence toujours par:

- des premiers soins basiques pour évaluer la gravité de la blessure et le besoin de soins médicaux d'urgence immédiats;
- retirer de la personne de son activité actuelle; et par
- reconnaître les signes et symptômes immédiats de commotions.

Des blessures graves, comme un traumatisme médullaire ou une fracture du crâne, doivent être écartées avant de continuer. Suivez les principes de base de premiers soins, évaluant:

- Danger – Êtes-vous ou la personne blessée en danger immédiat?
- Réaction – Est-ce que la personne vous a répondu?
- Voies respiratoires – Les voies respiratoires de la personne sont-elles ouvertes?
- Respiration – La personne respire-t-elle?
- et Circulation sanguine – La personne a-t-elle un pouls?

Cela doit être suivi par une évaluation des signaux d'alarme. Si la situation semble être une urgence médicale, appelez une ambulance et restez avec la personne jusqu'à l'arrivée des services d'urgence. Ne bougez pas la personne sauf si vous êtes entraîné pour cela

Une fois qu'une situation d'urgence a été exclue, la personne devrait être enlevée de son activité du moment et évaluée pour identifier les signes et symptômes d'une commotion. Les effets d'une blessure à la tête ne suivent pas toujours un schéma prévisible, donc quelqu'un susceptible d'avoir eu une commotion ne devrait pas être laissé seul et ne devrait pas partir par lui-même.

Informez un contact d'urgence dès que possible pour organiser le transport et pour surveiller pendant quelques heures les symptômes de détérioration et les signaux d'alarme.

Si l'évènement arrive au travail, suivez le protocole incident sur le lieu de travail comme il convient. Cela pourrait inclure de documenter l'évènement, la recherche d'examen médical, la communication avec le lieu de travail et le suivi pour indemnisation des accidents de travail. Le contact d'urgence ou quelqu'un d'autre pourrait devoir faire un suivi avec le lieu de travail pour demander plus d'information, reconnaissant une personne avec une commotion aura des difficultés à suivre ces étapes.

Le Rapport d'incident de commotion cérébrale pour adultes du CATT est un outil qui peut être utilisé pour documenter les détails d'un évènement de commotion suspectée. Il peut être transmis au contact d'urgence et devrait être apporté à tous rendez-vous médicaux.

Si des signes et symptômes ne sont pas présents, la personne semblant souffrir d'une commotion peut reprendre ses activités quotidiennes normales, en limitant toute activité physique et

mentale fatigante. Continuez à surveiller les signes et symptômes de commotions tardifs pendant au moins 48 heures. Cela inclut de regarder les indices visuels et écouter ce que la personne dit.

Si aucun signe ou symptôme ne sont présents après le délai de 48 heures, une commotion n'est plus suspectée.

Si des signes et symptômes de commotion apparaissent pendant cette période, la personne doit cesser ses activités en cours et consulter un médecin ou un infirmier praticien. La plupart des commotions peuvent être traitées sans une visite aux urgences, cependant une évaluation précoce par un professionnel médicale agréé est associée à un meilleur rétablissement. Cette évaluation peut écarter des formes plus graves de blessure ou d'autres problèmes médicaux, et confirmer le diagnostic d'une commotion basée sur les antécédents du patient, un examen clinique et des tests supplémentaires, au besoin. Si l'accès à un médecin de famille ou un infirmier praticien n'est pas possible, il faudra se référer à une clinique sans rendez-vous ou un service d'urgence.

La ressource du CATT, Questions à poser à votre médecin, pourrait vous aider à vous guider et enregistrer la discussion à propos de la gestion de la commotion et son rétablissement. Bien qu'il y ait un mouvement pour standardiser la reconnaissance de la commotion et sa gestion, tous les professionnels de la santé ne sont pas conscients des meilleures pratiques actuelles et lignes directrices.

Vous pourriez souhaiter obtenir une deuxième opinion si le médecin:

- est incapable d'évaluer de manière exhaustive la commotion, incluant l'équilibre et la cognition;
- est indifférent à vos symptômes; ou
- si son avis contredit les stratégies actuelles de gestion de la commotion, comme de conseiller un repos total au-delà de 48 heures.

Une lettre d'évaluation médicale devrait être demandée pour prouver si une commotion a été ou pas diagnostiquée. Cela pourrait être particulièrement important si la commotion ne s'est pas produite au travail, et pourrait aider à faciliter la reprise du travail. Une lettre confirmant le diagnostic médical standardisée pour une commotion est disponible dans la section des Ressources.

Une évaluation de la commotion doit inclure:

- un examen médical, incluant l'identification de n'importe quels signes ou symptômes de commotion;
- l'éducation sur le besoin d'un repos physique ou cognitif; et
- une conversation sur le développement d'une stratégie de retour au travail ou de reprise de l'activité.

Poursuivez le questionnaire pour tester vos connaissances sur comment réagir à un événement causant une commotion éventuelle.