

# Traumatisme crânien (Head Injury)



Une commotion cérébrale est une lésion cérébrale légère résultant d'un traumatisme au cerveau suite à un traumatisme crânien. Les traumatismes crâniens peuvent résulter : d'un coup direct à la tête, d'un coup dans la partie supérieure du corps ou d'une force d'accélération/de décélération rapide sur le corps. Ces forces peuvent faire bouger le cerveau à l'intérieur du crâne. Les symptômes d'une commotion cérébrale peuvent même se produire sans perte de conscience (évanouissement/perdre connaissance) et peuvent durer de quelques minutes ou quelques heures à quelques jours ou mois.

Les commotions cérébrales sont un traumatisme crânien qui ne sera pas visible sur une radiographie, une tomodensitogramme ou un IRM. Elles peuvent avoir une incidence sur la façon dont un enfant pense, se comporte et se rappelle des choses.

## Principaux points (Key Points)

- Les commotions cérébrales sont un traumatisme crânien léger à la suite d'un impact à la tête ou à la partie supérieure du corps.
- Les enfants qui ont une commotion cérébrale peuvent présenter différents symptômes – les plus courants sont les maux de tête, les étourdissements, les nausées et la difficulté à se concentrer.



**Consultez immédiatement  
un médecin si :  
(Seek Immediate Medical  
Attention if :)**

- Votre enfant a des maux de tête graves qui s'intensifient.
- Votre enfant fait une convulsion.
- Votre enfant se plaint de faiblesse, d'engourdissement ou de picotement dans une partie de son corps.
- Votre enfant manifeste une confusion qui s'intensifie ou des changements au niveau de son comportement.
- Votre enfant est difficile à réveiller ou très somnolent.
- Votre enfant a des vomissements abondants et a l'air plus fatigué/malade après avoir vomi.
- Votre enfant présente des changements soudains au niveau de sa vision.

[www.ahs.ca/heal](http://www.ahs.ca/heal)

- Le meilleur traitement pour les commotions cérébrales est de permettre au cerveau de votre enfant de se reposer et de récupérer. Il est recommandé que votre enfant retourne graduellement à l'école et recommence à pratiquer des sports après une courte période de repos au calme.
- La plupart des enfants se rétablissent de leur commotion cérébrale sur une période de deux semaines. Si votre enfant présente des symptômes pendant plus d'un mois, il devrait consulter un spécialiste.
- Pour des informations détaillées sur les symptômes d'une commotion cérébrale et sur comment aider votre enfant à retourner à l'école et reprendre ses activités, consultez les [Directives sur les commotions cérébrales](#).

## Symptômes (Symptoms)

Les signes (souvent observés par les autres) et les symptômes (ressentis par la personne) d'une commotion cérébrale peuvent être difficiles à déceler. Les symptômes peuvent se manifester quelques heures, et rarement, quelques jours, plus tard. Une commotion cérébrale peut causer un ou plusieurs des symptômes suivants :

Premiers symptômes d'une commotion cérébrale :

- Maux de tête
- Étourdissements
- Vertige (tête qui tourne) ou déséquilibre
- Manque de conscience
- Perte de conscience
- Nausées et vomissements

Symptômes tardifs d'une commotion cérébrale :

- Regard fixe
- Lent à répondre à des questions
- Incapacité à s'appliquer ou à se concentrer
- Désorientation
- Confusion
- Perte de mémoire (amnésie)
- Troubles d'élocution
- Changements de comportement ou d'humeur

- Sensibilité à la lumière ou au bruit
- Fatigue ou troubles du sommeil
- Bourdonnement dans les oreilles
- Vision étoilée ou changements dans la vision
- Vision trouble
- Mauvais équilibre ou mauvaise coordination

Les très jeunes enfants peuvent présenter les signes suivants :

- Baisse d'intérêt à l'égard de la nourriture/l'allaitement
- Perte de compétences acquises (p. ex. entraînement à la propreté)
- Pleurs aigus ou enfant plus difficile à calmer

## Traitement (Treatment)

Une commotion cérébrale est un événement grave, mais la plupart des enfants peuvent se rétablir complètement si leur cerveau a le temps de se reposer et de récupérer. Reprendre les activités régulières comme l'école et les sports est un processus étape par étape qui exige de la patience et de la prudence.

Un système de « retour à l'apprentissage » suivi d'un « retour au jeu » est recommandé pour les enfants ayant subi une commotion cérébrale. Cela signifie que l'enfant doit d'abord recommencer à aller à l'école et faire du « travail intellectuel » avant de reprendre les activités physiques.

- Il est recommandé que votre enfant prenne un repos complet pendant un ou deux jours après sa blessure. Il devrait éviter toute activité, y compris aller à l'école, regarder la télévision, prendre une marche ou lire un livre.
- Après le premier jour de repos, votre enfant devrait commencer un « retour à l'apprentissage ». Cela signifie reprendre lentement l'école et les devoirs. Les enseignants de votre enfant devraient être mis au courant de la commotion cérébrale. Votre enfant peut avoir besoin d'aide supplémentaire avec les devoirs ou d'un espace plus tranquille pour effectuer ses examens.
- Une fois que votre enfant est de retour à l'école sans manifester aucun symptôme de commotion cérébrale, il peut recommencer graduellement à pratiquer des sports et des activités.

## **Combien de temps dure une commotion cérébrale? (How Long do Concussions Last?)**

La durée de temps que votre enfant éprouvera des symptômes de commotion cérébrale peut être très variable. La plupart des enfants se rétabliront à l'intérieur d'une ou deux semaines, en particulier s'ils respectent les directives recommandées concernant le repos du cerveau et le repos de toute activité.

Certains enfants éprouveront des symptômes comme des maux de tête chroniques, une mauvaise concentration et des problèmes de mémoire pendant plus de deux semaines. Si les symptômes de commotion cérébrale durent plus d'un mois, votre enfant devrait être examiné par son médecin de famille qui pourrait l'orienter vers un spécialiste en commotions cérébrales.

## **Comment puis-je prévenir les commotions cérébrales? (How Can I Prevent Concussions from Happening?)**

La meilleure façon de prévenir les commotions cérébrales est de prévenir les blessures à grande vitesse/impact important à la tête et à la nuque. Bien que les casques soient une excellente façon d'éviter les dommages au crâne, ils n'empêchent PAS les commotions cérébrales. Les enfants qui ont subi plusieurs commotions cérébrales courent plus de risques de problèmes à long terme avec des maux de tête et des problèmes d'apprentissage.

## **Où puis-je obtenir de plus amples renseignements? (Where Can I Get More Information?)**

[Parachute Canada](#) : Un excellent guide pour les parents et les aidants. Parachute Canada est une organisation nationale dédiée à la prévention des blessures et dispose de plusieurs outils pour les familles qui sont offerts ici.

AHS fournit des liens vers ces documents à titre d'information seulement. AHS n'endosse pas nécessairement le contenu de celles-ci. Les idées et les opinions exprimées dans ces documents sont uniquement celles de l'auteur et ne reflètent pas nécessairement les idées, les opinions, les positions ou les politiques des AHS. Pour des plus amples informations sur les conditions générales d'utilisation de cette page Web, veuillez consulter <http://www.albertahealthservices.ca/about/Page635.aspx>.

### **Bien connaître vos options (Know Your Options)**

Cela peut être inquiétant quand votre enfant est malade. Mais dans la plupart des cas, vous n'avez pas à vous rendre au service des urgences. En cas de doute, [nous sommes là pour vous aider.](#)



**Veillez noter (Please Note)**

Le contenu fourni dans ces pages ne vise pas à remplacer les conseils médicaux. Si vous avez des préoccupations au sujet de votre enfant, contactez directement votre fournisseur de soins de santé. En cas d'urgence concernant votre enfant, rendez-vous au service des urgences le plus près ou composez le 911. Alberta Health Services et Project HEAL veillent à l'exactitude de toutes les informations, mais ne seront pas tenus responsables de toute erreur ou de toute information incomplète contenue dans ces pages.