



### Qu'est ce qu'un traumatisme crânien ?

Il s'agit d'un choc sur le crâne, qui peut être compliqué ou non d'une lésion du cerveau.  
Cette potentielle lésion cérébrale fait la gravité du traumatisme crânien.

Il n'y a pas forcément de plaie observée.

### Doit-on consulter un médecin ?

**Oui.** Cette consultation permet d'évaluer la **gravité\*** initiale du traumatisme.

Si le traumatisme crânien est d'emblée grave, le médecin vous adressera immédiatement à une structure hospitalière, afin de rechercher une éventuelle lésion cérébrale (dans ce cas, l'urgentiste peut-être amené à faire réaliser un scanner).

Dans le cas d'un **traumatisme crânien léger**, c'est-à-dire le plus souvent, le patient **pourra rester à domicile**. Il devra être **surveillé\*** par son **entourage** afin de dépister une complication secondaire.

### Que faire soi-même ?

**Ne pas rester seul dans les 48h suivant le traumatisme.**

Eviter les situations de stress. S'imposer 48 de repos physique et psychique complet. Notamment, **tous les écrans doivent être proscrits pendant 48h.**

Ne pas conduire tant que la récupération n'est pas complète.

Ne pas boire d'alcool pendant les 48h suivant le traumatisme.

Ne pas reprendre le sport, a fortiori de contact, sans avis médical.

### Quels médicaments prendre ?

En cas de maux de tête, vous pouvez prendre une dose de Paracétamol adaptée à votre poids.  
S'ils persistent, voire augmentent malgré cela, il est impératif de consulter de nouveau un médecin.

Assurez vous de vous hydrater suffisamment.

### Et si le traumatisme survient au cours d'un match ?

Il n'est pas rare que les traumatismes crâniens surviennent au cours de rencontres sportives.

Dans ce cas, il est impératif de sortir du jeu afin d'être examiné par les soignants sur place, qui pourront décider soit d'adresser le blessé à l'hôpital, soit d'une surveillance sur place.

Dans le cas d'une surveillance sur place, **il est strictement interdit de reprendre le jeu le jour même**. En effet, un second impact sur un cerveau déjà traumatisé potentialise la gravité des lésions.

### \* Critères de gravité

Liés aux antécédents du patient:

- **Chirurgie du cerveau**
- **Trouble des fonctions intellectuelles**
- **Maladie de la coagulation**
- **Traitements fluidifiant le sang**
- **Patient de plus de 65 ans**

Liés aux circonstances du traumatisme:

- **Perte de connaissance initiale**
- **Choc à grande vitesse**
- **Hauteur de la chute, type de revêtement**
- **Intoxication associée (alcool, drogue)**

Liés aux symptômes:

- **Maux de tête persistants depuis le traumatisme, d'autant plus après la prise de Paracétamol à dose efficace**
- **Perte de conscience**
- **Vomissements répétés.**
- **Apparition d'une paralysie**
- **Convulsions**

**Dans le cas d'un traumatisme crânien violent (accident de la route, chute de plus de 2m, perte de connaissance prolongée):**

- **Ne pas bouger le traumatisé**
- **Appeler le 15 ou le 18**
- **Suivre leurs conseils**



### \* Surveillance

Il est indispensable de consulter de nouveau votre médecin en cas de:

- **Somnolence excessive**
- **Difficultés de compréhension ou d'expression**
- **Comportement anormal**
- **Troubles de l'équilibre**
- **Difficulté à se servir d'un bras ou d'une jambe**
- **Vision floue ou double**
- **Trouble de la parole**
- **Maux de tête persistants**
- **Vomissements répétés**
- **Convulsions**
- **Écoulement de liquide clair par le nez ou l'oreille**



Pour les bébés / enfants, il faut s'inquiéter en cas de:

- **Comportement anormal ou inhabituel**
- **Pleurs sans raison évidente**
- **Somnolence ou sieste qui dure plus que d'habitude**

**En cas de doute ou d'inquiétude, il ne faut surtout pas hésiter à consulter le médecin, même plusieurs fois de suite.**