

# CONCUSSION RECOGNITION TOOL 5<sup>©</sup>

Pour aider à détecter une commotion cérébrale chez l'enfant, l'adolescent et l'adulte.



FIFA<sup>®</sup>

Sponsorisé par



FEI

## IDENTIFIER ET RETIRER DU JEU

Les impacts au niveau du crâne peuvent être associés à des lésions cérébrales graves et potentiellement fatales. Le Concussion Recognition Tool 5 (CRT5 ou Outil d'identification d'une commotion cérébrale) sert à identifier une possible commotion cérébrale. Il n'est pas conçu pour diagnostiquer une commotion cérébrale.

### ÉTAPE 1: SIGNAUX D'ALERTE – APPELZ UNE AMBULANCE

Si des éléments inquiétants sont présents à la suite d'une blessure, dont n'importe lequel des signes suivants observés ou rapportés, le joueur doit être immédiatement retiré, en toute sécurité, du match/du jeu/ de l'activité. Si aucun professionnel de santé qualifié n'est disponible, appelez une ambulance pour une évaluation médicale en urgence:

- Douleur ou sensibilité dans le cou
- Vision double
- Faiblesse ou picotement/ brûlure dans les bras ou les jambes
- Maux de tête sévères ou s'intensifiant
- Crise d'épilepsie ou convulsions
- Perte de connaissance
- Détérioration de l'état de conscience
- Vomissements
- Agitation ou agressivité grandissante

- Rappelez-vous:**
- Dans tous les cas, les principes de premiers secours doivent être respectés (danger, réactions, voies respiratoires, respiration, circulation).
  - Un examen destiné à détecter un traumatisme médullaire est crucial.
  - Ne tentez pas de déplacer le joueur (sauf dégager ses voies respiratoires), à moins que vous n'avez été formé pour le faire.
  - Ne retirez jamais un casque ou tout autre équipement, à moins que vous n'avez été formé pour le faire en toute sécurité.

**En l'absence de signaux d'alerte, l'identification d'une possible commotion cérébrale doit respecter les étapes suivantes:**

### ÉTAPE 2: SIGNES VISIBLES

**Les signes visibles d'une possible commotion cérébrale incluent:**

- Rester couché immobile sur le terrain
- Lenteur à se relever après un coup direct ou indirect à la tête
- Regard inexpressif ou vide
- Désorientation ou confusion, ou encore incapacité à répondre correctement à des questions
- Blessure faciale après un traumatisme crânien
- Troubles de l'équilibre, démarche inégale, mauvaise coordination motrice, trébuchements ou mouvements lents et laborieux

## ÉTAPE 3: SYMPTÔMES

---

- Céphalée
- «Pression dans le crâne»
- Troubles de l'équilibre
- Nausée ou vomissement
- Somnolence
- Vertiges
- Vision trouble
- Sensibilité à la lumière
- Sensibilité au bruit
- Fatigue et perte d'énergie
- «Ne pas se sentir normal»
- Émotivité accrue
- Irritabilité
- Tristesse
- Nervosité ou anxiété
- Douleur dans le cou
- Difficulté à se concentrer
- Difficulté à se souvenir des détails
- Sensation d'être ralenti
- Sensation d'être «dans le brouillard»

## ÉTAPE 4 : ÉVALUATION DE LA MÉMOIRE (CHEZ LES ATHLÈTES DE 12 ANS OU PLUS)

---

- L'incapacité de répondre correctement à l'une de ces questions (adaptées selon les sports) peut suggérer une commotion cérébrale:**
- «Dans quel stade sommes-nous aujourd'hui?»
  - «À quelle mi-temps sommes-nous?»
  - «Qui a marqué en dernier au cours de ce match?»
  - «Contre quelle équipe avez-vous joué la semaine dernière/le dernier match?»
  - «Votre équipe a-t-elle gagné le dernier match?»

### Tout sportif présentant une suspicion de commotion cérébrale doit:

- Ne pas être laissé seul (au moins pendant une à deux heures suivants le choc).
- Ne pas boire d'alcool.
- Ne pas prendre de médicaments ou consommer de drogues.
- Ne pas rentrer chez lui seul Rester en compagnie d'un adulte responsable.
- Ne pas conduire un véhicule motorisé avant d'en avoir eu l'autorisation par un professionnel de santé.

Le CRT5 peut être copié sous sa forme actuelle et distribué à des personnes individuelles, des équipes, des groupes et des organisations. N'importe quelle révision ou reproduction sous forme numérique est soumise à autorisation du consensus international sur les commotions cérébrales dans le sport (CISG). Il ne doit pas être modifié de quelque manière que ce soit, être distribué sous un autre nom ou vendu à des fins commerciales.

**TOUT SPORTIF PRÉSENTANT DES SUSPICIONS DE COMMOTION CÉRÉBRALE DOIT IMMÉDIATEMENT ÊTRE RETIRÉ DU JEU OU DE L'ENTRAÎNEMENT ET NE DOIT PAS REPRENDRE UNE ACTIVITÉ AVANT D'AVOIR SUBI UN EXAMEN MÉDICAL, MÊME EN CAS DE DISPARITION DES SYMPTÔMES**