



Craignez-vous d'avoir une commotion cérébrale?

Consultez votre médecin de famille, un infirmier praticien ou un urgentologue pour obtenir un diagnostic.

RÉSULTAT N° 1

Votre fournisseur de soins de santé ne soupçonne aucune commotion cérébrale. Cependant, n'hésitez pas à retourner le voir si vos symptômes s'aggravent.

RÉSULTAT N° 2

Votre fournisseur de soins de santé soupçonne ou diagnostique une commotion cérébrale. Consultez la ressource « À faire et à ne pas faire » pour savoir comment gérer vos symptômes les premiers jours.

RÉSULTAT N° 3

Votre fournisseur de soins de santé soupçonne une lésion crânienne plus grave. Vous devrez sans doute tout de suite vous faire soigner à l'hôpital ou par un médecin spécialiste.

Vous avez reçu un diagnostic de commotion cérébrale

Retournez voir votre médecin de famille pour un examen de contrôle dans la semaine ou les deux premières semaines suivant le diagnostic.

Surveillez vos symptômes continuellement. Au besoin, demandez l'aide de votre famille.

Écrivez sur papier ce que vous pensez et ce que vous ressentez.

Prenez en note tout changement dans votre humeur ou vos heures de sommeil.



Consultez tout de suite un médecin si vos symptômes s'aggravent.



Mes symptômes commencent à disparaître

- Continuez les suivis chez votre médecin de famille ou infirmier praticien jusqu'à la disparition complète de vos symptômes.
- Demandez-lui de vous fournir l'information et les ressources dont vous avez besoin.

VÉRIFICATION : Avez-vous toujours des symptômes plusieurs semaines après votre diagnostic?

J'ai de moins en moins de symptômes.

- Consultez périodiquement votre médecin de famille, infirmier praticien ou votre autre fournisseur de soins de santé tout au long de votre rétablissement.
- Demandez de l'aide pour savoir quand et comment retourner à vos activités courantes.

J'ai TOUJOURS les mêmes symptômes.

- Faites-vous réévaluer chez votre médecin de famille ou infirmier praticien.
- Demandez-lui si vous devriez voir d'autres types de fournisseurs de soins de santé ou prendre un rendez-vous dans une clinique de traitement de la commotion cérébrale.
- Demandez un deuxième avis à un médecin qui a de l'expérience dans le traitement de la commotion cérébrale.
- Dites-lui si vous avez des signes indicatifs de symptômes persistants depuis le diagnostic de commotion cérébrale.

- Faites vos suivis chez les spécialistes (au besoin)
- Demandez à chaque fournisseur de soins de santé que vous allez voir de vous donner l'information et les ressources dont vous avez besoin.

- Consultez périodiquement votre médecin de famille ou infirmier praticien tout au long de votre rétablissement.
- Demandez de l'aide pour savoir quand et comment retourner à vos activités courantes.



Je me sens mieux. Je n'ai plus du tout de symptômes.

Je peux progressivement retourner au travail, à l'école et à mes activités sportives, récréatives et familiales.