

COMMOTION CÉRÉBRALE : CONNAISSEZ LES SYMPTÔMES

Une commotion cérébrale ou un traumatisme cérébral peut être causé par un coup porté à la tête ou au corps.

*Mal de
tête*

IRRITABILITÉ
ET AUTRES
CHANGEMENTS DE
PERSONNALITÉ

Confusion

Fatigue

Bourdonnement
dans les oreilles

*Trouble de
concentration*

Problèmes de
vision, d'équilibre
ou de coordination

*Problèmes
de mémoire*

**Sensibilité à la
lumière ou au bruit**

ÉTOURDISSEMENTS, NAUSÉES
OU VOMISSEMENTS


York Region

Si tu présentes n'importe quel signe ou symptôme de **commotion cérébrale**

- Cesse l'activité et dis-le à un adulte.
- Ne retourne pas au jeu ou à l'activité.
- Fais-toi examiner par un médecin ou une infirmière ou un infirmier praticien.

Les symptômes peuvent durer des jours, des semaines ou plus longtemps.
Le rétablissement peut prendre jusqu'à 30 jours, et plus longtemps si tu as entre 5 et 18 ans.

Tu dois reposer ton esprit et ton corps et retourner graduellement
à l'école et aux activités de jeux.

Ça ne va pas? **NE JOUE PAS** !

Renseignements sur les
commotions cérébrales :
york.ca/concussion