

# 9

# Difficultés cognitives

## Qu'est-ce qu'une difficulté cognitive?

La commotion cérébrale / le TCCL peut provoquer des difficultés cognitives qui sont susceptibles de nuire à la capacité de concentration, à la mémoire et à la capacité d'apprendre de nouvelles choses et de prendre de bonnes décisions. Les difficultés cognitives peuvent vous empêcher de bien fonctionner au quotidien.

Les symptômes de difficultés cognitives peuvent durer plus longtemps et être plus sévères si la personne a eu d'autres problèmes avant la commotion cérébrale / le TCCL, par exemple :

- trouble du déficit de l'attention avec hyperactivité;
- troubles d'apprentissage;
- anxiété ou troubles de l'humeur;
- troubles du sommeil ou douleur.

Il est important de parler à votre fournisseur de soins primaires ou de consulter un neuropsychologue si vous pensez avoir des difficultés cognitives. Si ces difficultés persistent, vous pourriez devoir passer quelques tests pour déterminer les traitements ou stratégies les plus susceptibles de vous aider.

Ces tests permettront :

- d'évaluer vos forces et vos problèmes cognitifs;
- de vous aider à fixer des objectifs de traitement;
- d'établir des plans pour reprendre le travail ou les études;
- d'obtenir de l'information sur votre capacité de fonctionner en toute autonomie dans vos activités quotidiennes.

Les résultats de ces tests aideront également à déterminer les traitements à suivre et les mesures d'adaptation temporaires à prendre pour vous dans le cadre de votre travail ou de vos études.

## Que puis-je faire pour traiter les difficultés cognitives?

Le traitement peut comporter des stratégies de prise en charge rapide et de réadaptation ainsi qu'une thérapie cognitivo-comportementale. Ces thérapies peuvent vous aider à apprendre à surmonter vos difficultés cognitives et à les contourner. Elles peuvent aussi aider à atténuer les symptômes prolongés de sorte que vous puissiez reprendre



graduellement vos activités quotidiennes à la maison, au travail et à l'école et remplir vos obligations. En général, les symptômes disparaissent dans un délai de trois à six mois.

## **Principales recommandations des lignes directrices à l'intention des professionnels de la santé**

Vous trouverez ci-dessous les recommandations clés des lignes directrices à l'intention des professionnels de la santé de sorte que vous puissiez voir les mesures préconisées pour évaluer et traiter les patients après une commotion cérébrale / un TCCL.

9.1	Il faudrait évaluer un patient ayant subi une commotion cérébrale en vue de déceler la présence de difficultés cognitives et de tenir compte de l'incidence de ces difficultés sur les domaines fonctionnels, comme le rendement au travail ou à l'école et la réalisation de tâches à la maison et dans la collectivité. Cette évaluation peut se faire dans le cadre d'une entrevue clinique ciblée concernant les symptômes et par l'administration d'un questionnaire validé après la commotion (p. ex. Rivermead ou SCAT5) en vue d'évaluer et de surveiller les symptômes.
9.4	Il faudrait envisager de soumettre à une évaluation cognitive spécialisée (p. ex. évaluation neuropsychologique) les patients présentant des symptômes cognitifs qui ne se résorbent pas et continuent de nuire à leur fonctionnement au quotidien (p. ex. études ou travail) au-delà de quatre semaines. L'évaluation peut aider à préciser les options de traitement appropriées en fonction des caractéristiques et des problèmes de santé du patient.

## **Avertissement à l'intention des utilisateurs**

Le contenu des *Lignes directrices sur les commotions cérébrales / traumatismes craniocérébraux légers et les symptômes prolongés, 3<sup>e</sup> édition* — concernant les adultes de 18 ans et plus s'appuie sur les connaissances scientifiques accessibles au moment de la production (2017) des textes, de même que sur le consensus des experts ayant participé à l'élaboration des lignes directrices.

Les présentes lignes directrices visent à formuler des recommandations et à faciliter la prise en charge des commotions cérébrales / des traumatismes craniocérébraux légers (TCCL). Elles s'appliquent uniquement à la prise en charge des adultes de plus de 18 ans. Elles ne sont pas destinées aux personnes ayant subi ou susceptibles d'avoir subi une commotion cérébrale / un traumatisme craniocérébral léger à des fins de diagnostic personnel ou de traitement personnel.

Les patients peuvent utiliser ces lignes directrices quand ils parlent des soins qu'ils reçoivent avec leurs professionnels de la santé. On y traite de l'obtention d'un diagnostic,



de la prise en charge des symptômes au début (en phase aiguë) et de la prise en charge du patient lorsque le rétablissement prend du temps (symptômes prolongés). Les patients peuvent porter ces lignes directrices à l'attention de leur professionnel de la santé ou d'autres fournisseurs de soins de santé. Les lignes directrices reposent sur des données scientifiques de qualité à jour, l'expertise des professionnels de la santé et les commentaires des patients.

