

4

Recommandations générales concernant le diagnostic et l'évaluation des symptômes prolongés

Qu'est qu'un symptôme prolongé?

Un symptôme prolongé est un symptôme qui dure plus de trois mois et qui peut prendre la forme d'un symptôme physique, cognitif, émotionnel et comportemental. La plupart des gens ayant subi une commotion cérébrale / un TCCL récupèrent rapidement, mais le délai de rétablissement varie d'une personne à l'autre. Environ 15 % des personnes ayant subi une commotion cérébrale / un TCCL peuvent encore présenter des symptômes trois mois après l'incident.

Dans la section 2, on indiquait que vous devriez consulter votre fournisseur de soins primaires une à deux semaines après le diagnostic de commotion cérébrale / TCCL. Vous devriez aussi le consulter au besoin pour qu'il puisse :

- suivre l'évolution de vos symptômes;
- surveiller les activités susceptibles d'influencer votre processus de rétablissement en fonction de vos antécédents médicaux;
- vous conseiller relativement à la gestion vos symptômes;
- vous aiguiller vers d'autres professionnels de la santé, au besoin;
- vous encourager à reprendre graduellement vos activités et à ne pas attendre de ne plus ressentir de symptômes pour reprendre toutes vos activités;
- expliquer comment doser vos activités pour éviter la réapparition des symptômes.

Quels effets des symptômes prolongés peuvent-ils avoir sur ma vie?

Les symptômes prolongés peuvent affecter la vie quotidienne d'une personne, ses relations avec les autres et sa capacité de reprendre ses activités quotidiennes. C'est pourquoi il importe de surveiller de près les symptômes prolongés. L'approche adoptée sera différente pour chaque patient.

Votre fournisseur de soins primaires pourrait :

- réévaluer vos symptômes et procéder à d'autres examens médicaux;
- vous interroger sur les facteurs psychosociaux susceptibles d'influencer votre état de santé;
- revoir avec vous vos médicaments d'ordonnance ou les médicaments en vente libre et les suppléments que vous prenez, ainsi que votre consommation d'alcool, de marijuana ou d'autres drogues;



- continuer de chercher à savoir si vos symptômes sont attribuables à la commotion cérébrale ou à autre chose;
- vous aiguiller vers d'autres professionnels de la santé en vue de faire prendre en charge des symptômes particuliers nécessitant une évaluation ou un traitement spécialisés.

Remarque : Auparavant, on utilisait le terme « persistant » au lieu du terme « prolongé ». Dans d'autres documents que vous consulterez, vous pourrez trouver que les deux termes sont utilisés indifféremment.

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.

4.1	Après une brève période de repos pendant la phase aiguë (de 24 à 48 heures) suivant l'incident, on peut encourager le patient à reprendre graduellement et progressivement ses activités en tenant compte de sa tolérance (c'est-à-dire que l'intensité de l'activité ne devrait pas exacerber les symptômes ni en faire apparaître de nouveaux).
-----	---

Ressources supplémentaires

Information to bring to your family Doctor/Primary Care Provider (en anglais seulement)

<https://braininjuryguidelines.org/concussion/fileadmin/media/information-to-bring-to-your-family-doctor-primary-care-provider.pdf>

Parcours des soins et du rétablissement de la commotion cérébrale

<http://concussionsontario.org/wp-content/uploads/2018/08/ONF-PatientPathway-Tearaway-WEB-FRENCH.pdf>

Parkwood Pacing Graphs (en anglais seulement)

<https://braininjuryguidelines.org/concussion/fileadmin/media/appendices/appendix-2-2.pdf>

Appointment tracker (en anglais seulement)

<https://braininjuryguidelines.org/concussion/fileadmin/media/appointment-tracker.pdf>



Avertissement à l'intention des utilisateurs

Le contenu des *Lignes directrices sur les commotions cérébrales / traumatismes craniocérébraux légers et les symptômes prolongés, 3^e 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.

