

Présentez-vous à l'urgence si votre enfant présente l'un de ces symptômes :

- ♦ Somnolence qui augmente progressivement, difficile à réveiller;
- ♦ Confusion (propos incohérents, ne sait plus qui il est, où il est);
- ♦ Convulsions;
- ♦ Difficulté à parler, à marcher;
- ♦ Vomissements répétés ou persistants;
- ♦ Maux de tête qui s'intensifient;
- ♦ Écoulement de sang ou de liquide provenant du nez ou des oreilles;
- ♦ Changement de comportement : irritabilité, pleurs persistants, inconsolable.

N'hésitez pas à communiquer avec nous si vous avez des questions ou des inquiétudes.

Programme régional pour le traumatisme crâniocérébral léger des Laurentides

Infirmière TCC léger
1 866 963-2777
450 432-2777, poste 23132

Du lundi au vendredi
De 8 h à 16 h

www.santelaurentides.gouv.qc.ca

Le traumatisme crâniocérébral léger

chez l'enfant



Dépliant d'information
destiné aux parents
d'enfants 0-5 ans

Centre intégré
de santé
et de services sociaux
des Laurentides

Québec 



Novembre 2017

Québec 

Définition du traumatisme craniocérébral léger (TCCL)

Le traumatisme craniocérébral léger (TCCL), souvent appelé commotion cérébrale, peut survenir lorsque la tête est frappée ou secouée violemment (ex. : accident de voiture, chute).

Il peut se manifester par un changement dans le comportement chez l'enfant. Rassurez-vous, ces changements sont temporaires et disparaissent habituellement au cours des sept à dix jours suivant l'accident. La disparition complète des symptômes peut prendre jusqu'à 4 à 6 semaines. Il est important de respecter les consignes afin de diminuer la durée et favoriser la disparition des symptômes.

Quels sont les symptômes associés au TCCL?

- ♦ Maux de tête;
- ♦ Nausées, vomissements;
- ♦ Trouble d'équilibre ou de coordination;
- ♦ Somnolence, fatigue;
- ♦ Sensibilité au bruit, à la lumière;
- ♦ Irritabilité, difficile à consoler;
- ♦ Changement au niveau des habitudes de sommeil, alimentation.

Les symptômes peuvent apparaître immédiatement, après quelques heures et même jusqu'à trois jours suivant l'accident.

Saviez-vous que les chutes sont en majeure partie responsables des traumatismes crâniens chez les jeunes enfants?

Que dois-je faire?

- ♦ Administrer de l'acétaminophène pour soulager ses maux de tête (se référer au tableau de posologie du fabricant).
- ♦ **Pour les premières 48 heures**, éviter la garderie, l'école et le parc.
- ♦ Surveillance des premiers jours: éviter les jeux de balle, course, balançoire, glissade, bicyclette, patin.
- ♦ Privilégier un environnement calme, jouer à des jeux lui demandant peu d'effort physique ou intellectuel et éviter ceux à risque de chute. La durée recommandée consiste en de courtes périodes de 15-20 minutes à la fois.
Ex. : jeu de lego, lecture, coloriage, bricolage, marche avec ou sans supervision selon l'âge de votre enfant.
- ♦ Lorsque votre enfant retourne à la garderie ou à l'école, informer les responsables des symptômes à surveiller et des restrictions qui s'y rattachent.
- ♦ **Par la suite**, limiter pendant quelques jours les activités telles que l'ordinateur, la télévision, les jeux vidéo et la musique à des périodes de 15-20 minutes. Si votre enfant éprouve une augmentation de ses symptômes, vous devrez diminuer la durée de ses activités.

Comment prévenir un TCCL?

- ♦ Porter un casque et des équipements de protection adaptés pour son sport.
- ♦ Pour réduire au minimum le risque de TCCL, les enfants devraient respecter les règles de leur sport et faire preuve d'esprit sportif.
- ♦ Avoir un siège d'auto adapté selon l'âge et la grandeur de l'enfant. En cas de doute, informez-vous en consultant le site de CAA-Québec pour une vérification de sièges d'auto pour enfants près de chez vous. Plusieurs policiers sont aussi formés pour vérifier l'installation des sièges d'auto.
- ♦ Ne jamais laisser vos enfants sur une surface haute sans surveillance.
- ♦ Faire preuve de vigilance pour éviter les chutes dans les escaliers.

Quand reprendre les activités sportives?

Votre enfant peut reprendre ses activités sportives à la condition qu'il ne ressente plus de symptômes depuis une semaine.

Si votre enfant pratique une activité sportive, veuillez vous référer au document de l'INESSS suivant : *Conseils pour la reprise graduelle des activités intellectuelles et de l'entraînement physique ou sportif à la suite d'un diagnostic de traumatisme craniocérébral léger (TCCL) Enfants moins de 16 ans.*

Document disponible en ligne
www.fecst.iness.qc.ca dans l'onglet
<documentation> rubrique <publications>