

Rapport d'évaluation médicale de commotion cérébrale de Canada Soccer

Ce formulaire aide les professionnels de la santé à informer le personnel de l'équipe d'un athlète concernant le diagnostic et le statut d'une commotion cérébrale à la suite d'un impact pendant une activité de soccer. Ce formulaire doit être rempli par un médecin qualifié ou une infirmière praticienne¹.

ÉTAPE 1 : Consentement à la divulgation des renseignements personnels sur la santé DOIT être rempli par l'athlète/parent/tuteur avant l'évaluation du médecin

En vertu de la Loi sur la protection des renseignements personnels sur la santé, 2004 (LPRPS)
je, _____, autorise _____

(Votre nom en lettres moulées)

(Nom du dépositaire de renseignements sur la santé)

à divulguer:

- mes renseignements personnels de santé, ou
- les renseignements personnels de santé de _____

(Nom de la personne pour laquelle vous prenez cette décision)

à _____

(Noms en lettres moulées de l'entraîneur-chef/entraîneur et de l'association de soccer ayant besoin des renseignements)

composés des renseignements fournis concernant la blessure, tel que requis ci-dessous.

Je comprends le but de divulguer ces renseignements personnels de santé à la personne mentionnée ci-dessus. Je comprends que je peux refuser de signer ce formulaire de consentement.

Mon nom : _____ Adresse: _____

Téléphone (à la maison ou cellulaire): _____

Signature: _____ Date: _____

Nom d'un témoin: _____

Signature: _____ Date: _____

ÉTAPE 2: Évaluation du médecin (Cochez une option)

Ce patient n'a PAS été diagnostiqué avec une commotion cérébrale et peut reprendre sa pleine participation à l'école, au travail et aux activités sportives sans restriction.

Ce patient a été diagnostiqué avec une commotion cérébrale.

Il a été informé de la gestion d'une commotion cérébrale et peut participer aux séances d'entraînement une fois qu'il n'a PLUS de symptômes de commotion cérébrale ET a par la suite réussi un exercice léger pendant 15 minutes SANS symptômes de commotion cérébrale.

Un deuxième rapport est nécessaire avant de prendre les activités de soccer avec contact ou les matchs.

Ce patient a récupéré d'une commotion cérébrale et peut participer à des séances d'entraînement avec contact complet et par la suite jouer dans des matchs, s'il n'a plus de symptômes de commotion cérébrale.

Si les symptômes réapparaissent après le retour au soccer, une deuxième évaluation médicale est nécessaire.

Signature: _____ MD / NP (encerclez la désignation)

Nom en lettres moulées: _____ Date: _____

¹ Dans les régions rurales ou du nord, une infirmière peut remplir le formulaire de rapport médical d'évaluation de la commotion cérébrale en donnant préalablement accès à un médecin ou à une infirmière praticienne. Les formulaires remplis par d'autres professionnels de la santé agréés ne doivent pas être acceptés.

Modifié à partir des Lignes directrices canadiennes sur les commotions cérébrales dans le sport:

Stratégie de retour à l'école

Ce qui suit est un aperçu de la stratégie de retour à l'école qui devrait être utilisée pour aider les élèves athlètes, les parents et les enseignants à s'associer pour permettre à l'athlète de reprendre progressivement ses activités scolaires. En fonction de la gravité et du type de symptômes présents, les étudiants-athlètes passeront par les étapes suivantes à des rythmes différents. Si l'élève-athlète présente de nouveaux symptômes ou une aggravation des symptômes à un stade quelconque, il devrait revenir au stade précédent.

Étape	But	Activité	Objectif de chaque étape
1	Activités quotidiennes à la maison qui ne donnent pas de symptômes à l'étudiant-athlète	Activités typiques pendant la journée, dans la mesure où elles n'augmentent pas les symptômes (p.ex. la lecture, l'envoi de SMS, temps passé devant un écran). Commencez avec 5 à 15 minutes à la fois et augmentez progressivement.	Retour graduel aux activités régulières
2	Activités scolaires	Devoirs, lecture ou autres activités cognitives en dehors de la classe.	Augmenter la tolérance au travail cognitif.
3	Retour à l'école à temps partiel	Introduction progressive des travaux scolaires. Vous devrez peut-être commencer par une journée d'école partielle ou par des pauses plus longues au cours de la journée.	Activités académiques augmentées
4	Retour à l'école à temps plein	Augmentez progressivement les activités scolaires jusqu'à ce qu'une journée complète soit tolérée.	Retour aux activités scolaires complètes et rattrapage des travaux scolaires manqués.

Stratégie de retour au sport spécifique au soccer

Vous trouverez ci-dessous un aperçu de la stratégie de retour au sport, qui devrait être utilisée pour aider les athlètes, les entraîneurs et les professionnels de la santé à s'associer pour permettre à l'athlète de reprendre progressivement ses activités sportives.

Une période initiale de 24 à 48 heures de repos est recommandée avant de commencer la stratégie de retour au sport spécifique au football. Si l'athlète éprouve de nouveaux symptômes ou que ses symptômes s'aggravent à n'importe quel stade, il doit revenir au stade précédent. Il est important que les étudiants-athlètes adultes et jeunes reprennent leurs activités scolaires à plein temps avant de passer aux étapes 5 et 6 de la stratégie de retour au sport spécifique au soccer. Tous les athlètes doivent fournir à leur entraîneur un second rapport médical d'évaluation de la commotion cérébrale avant de reprendre les activités sportives avec contact.

Étape	But	Activité	Objectif de chaque étape
1	Activité limitant les symptômes	Activités quotidiennes qui ne provoquent pas de symptômes.	Réintroduction progressive des activités professionnelles / scolaires.
Une fois que les symptômes liés à la commotion ont été résolus:			
2	Activité aérobique légère	Marcher, faire du jogging léger, nager ou faire du vélo stationnaire à un rythme lent à moyen. Pas d'entraînement de résistance.	Augmente la fréquence cardiaque.
3	Exercices spécifiques au soccer	Mouvement simple (c.-à-d. exercices de course), limitant les mouvements du corps et	Ajoute des mouvements

		de la tête. Aucune activité avec impact à la tête. Pas de coup de tête	
4	Exercices d'entraînement sans contact	Des exercices d'entraînement plus difficiles, c'est-à-dire des exercices de passe, de changement de direction, de tir. Peut commencer l'entraînement de résistance. Aucune activité avec impact à la tête. Pas de coup de tête	Exercice, coordination et réflexion accrue.
	Répéter l'évaluation médicale et autorisation avec le deuxième rapport médical d'évaluation de la commotion cérébrale		
5	Pratique avec plein contact	Activités d'entraînement normales, c.-à-d. tackle, coup de tête, arrêt plongé	Redonne confiance et évaluation des capacités fonctionnelles par le personnel entraîneur.
6	Match	Match normal	Joueur réhabilité

Combien de temps faudra-t-il pour récupérer après une commotion cérébrale?

La plupart des athlètes qui subissent une commotion cérébrale se rétabliront complètement en 1 à 2 semaines, tandis que la plupart des jeunes athlètes se rétabliront en 1 à 4 semaines. Environ 15 à 30% des patients présenteront des symptômes persistants (> 2 semaines pour les adultes; > 4 semaines pour les jeunes) pouvant nécessiter une évaluation et une gestion médicales supplémentaires.