



0 À 5 ANS

INSTRUCTIONS À SUIVRE APRÈS UN TRAUMATISME CRÂNIEN

Nom

a été évalué par :

Dr _____

et a reçu un diagnostic de traumatisme crânien.

SIGNATURE DU MÉDECIN

PERMIS

DATE DE CONSULTATION

Votre enfant a subi un traumatisme crânien et il est maintenant prêt à rentrer à la maison. Si l'un des symptômes suivants se manifeste, ou si vous avez des inquiétudes, veuillez retourner au département d'urgence.

- Perte ou altération du niveau de conscience.
- Somnolence excessive ; si vous trouvez que votre enfant est très endormi ou qu'il est difficile à réveiller.
- Changements de comportement ; irritabilité persistante chez les bébés et les bambins que l'on ne peut apaiser par les méthodes habituelles (allaiter, nourrir, bercer).
- Vomissements persistants (plus de deux fois).
- Renflement tendu sur la fontanelle (partie plus molle au sommet du crâne d'un nourrisson).
- Aggravation d'un mal de tête, ou mal de tête qui ne diminue pas avec les médicaments antidouleur.
- Difficultés à voir, à entendre, à parler ou à marcher (selon les aptitudes développementales propres à l'âge de l'enfant).
- Convulsions.
- Confusion ou désorientation (ne reconnaît pas les gens ou les endroits, selon les aptitudes développementales propres à l'âge de l'enfant).

En cas d'une fracture du crâne :

- Inflammation persistante du site de la fracture au-delà de 2 semaines.
- Réapparition de l'inflammation sur le site de la fracture.

Les signes et les symptômes consécutifs à un traumatisme crânien ont tendance à s'amenuiser peu à peu sur une période de 2 à 4 semaines, mais ils peuvent parfois persister plus longtemps.

Signes et symptômes les plus courants :

Nourrissons

- Changement des habitudes alimentaires ou de sommeil.
- Bosse ou bleu sur la tête.
- Se frotter la tête.
- Nausées ou vomissements (1 ou 2 fois).
- Changements de comportement (irritabilité).
- Désintérêt pour les activités ou les jouets préférés.

Bambins et enfants d'âge préscolaire

- Changement des habitudes alimentaires ou de sommeil.
- Mal de tête, ou se frotter la tête.
- Nausées ou vomissements (1 ou 2 fois).
- Changements de comportement (irritabilité, anxiété).
- Étourdissements.
- Vision double ou embrouillée.
- Sensibilité à la lumière, au son et au mouvement.
- Difficultés à se concentrer ou à rester attentif.
- Changement dans l'intensité du jeu ou des activités.
- Changement dans l'équilibre ou la démarche.

Une période de restriction des activités physiques et cognitives jusqu'à la disparition complète des symptômes est extrêmement importante.

Elle diminue le risque de symptômes persistants.

MAUX DE TÊTE

On peut donner de l'acétaminophène ou de l'ibuprofène régulièrement pendant 3 à 5 jours au besoin. Toutefois, l'ibuprofène ne doit pas être pris dans les 24 premières heures suivant le traumatisme, sauf avis contraire du médecin. **Vérifiez les étiquettes pour les instructions de dosage et les mises en garde.** Si nécessaire après 3 à 5 jours, **réduisez à 3 doses par semaine** maximum. En cas de doute, consultez votre pédiatre, votre médecin de famille ou une clinique près de chez vous.

GESTION DES ACTIVITÉS ET RECOMMANDATIONS PENDANT LA PÉRIODE DE RÉCUPÉRATION

- Informez la garderie du traumatisme crânien ou de la fracture du crâne que votre enfant a subi, et des restrictions à respecter.
- Instaurez un horaire de sommeil régulier pour vous assurer que votre enfant se repose suffisamment.
- N'autorisez pas les jouets à enfourcher, les scooters ou les bicyclettes.
- N'autorisez pas les jeux de balles.
- Ne permettez pas de jouer au terrain de jeux (p. ex. glisser, se balancer).
- Ne permettez pas les ordinateurs, les jeux vidéo et la télévision, car ces activités peuvent provoquer des maux de tête.
- Permettez de jouer avec des blocs, des casse-tête, des poupées, des voitures et de petits jouets.
- Participez à des activités de coloriage, de bricolage et de conte.
- Allez promener votre enfant dans sa poussette.
- Faites de courtes promenades.
- Envisagez d'aller faire un pique-nique.
- Pensez à ramasser des coquillages, des feuilles d'automne, des pierres.

REPRISE DE L'ACTIVITÉ PHYSIQUE

Votre enfant ne doit plus éprouver de symptômes depuis quelques jours et avoir repris ses activités normales à la maison et à la garderie avant de reprendre les activités physiques et les jeux plus vigoureux.

AUTRES RECOMMANDATIONS POUR LA PRÉVENTION DES BLESSURES DES NOURRISSONS, DES BAMBINS ET DES ENFANTS D'ÂGE PRÉSCOLAIRE

- Veillez à ce qu'un adulte assure la supervision pour un cadre de jeu sécuritaire.
- Ne laissez jamais un bébé ou un bambin sans surveillance sur un sofa ou un lit pour adulte.
- Levez toujours les montants du berceau après y avoir déposé l'enfant. Abaissez le matelas du lit quand votre bébé atteint l'âge de 3 à 5 mois.
- Un bébé dans un siège d'auto ne doit jamais être placé sur une table, un comptoir ou le toit de la voiture, même s'il est bien attaché. Le sol est toujours l'endroit le plus sécuritaire.
- Gardez toujours une main sur votre enfant quand il est sur une table à langer.
- Attachez toujours bien les sangles de sécurité lorsque votre enfant est assis dans une balançoire, une chaise haute, un siège d'auto ou une poussette.
- Placez les berceaux, les lits, les chaises, les tables et autres meubles loin des fenêtres.
- Fixez bien au mur le mobilier comme : les étagères, les unités murales et les téléviseurs.
- Installez des dispositifs de sécurité, des grilles de protection ou des barres d'arrêt aux fenêtres. Les moustiquaires sont fragiles et donnent un faux sentiment de sécurité.
- Installez des barrières de sécurité en haut et en bas des escaliers. N'utilisez que des barrières ancrées au mur en haut des escaliers.

AU MOMENT DU CONGÉ

Comme parent, vous connaissez votre enfant mieux que personne. Si vous observez tout autre comportement inhabituel, ou si vous avez des questions ou des inquiétudes, contactez-nous au :

Traumatologie

Lundi au vendredi de 8 h à 16 h
514 412-4400, poste 23310