

Annexe III : Protocole de retour au jeu étape par étape

1. Renseignements généraux

Nom et prénom de l'athlète : _____
Date de naissance : _____
Date de l'incident : _____
Date du suivi : _____
Genre <input type="checkbox"/> Masculin <input type="checkbox"/> Féminin

2. Étape du protocole de retour au jeu

Indiquer l'étape du retour au jeu :
<input type="checkbox"/> Étape 1 <input type="checkbox"/> Étape 2 <input type="checkbox"/> Étape 3 <input type="checkbox"/> Étape 4 <input type="checkbox"/> Étape 5 <input type="checkbox"/> Étape 6
La présente étape est effectuée pour la _____ ^e fois.

3. Échelle de signes

Observez attentivement l'athlète et attribuez à chacun des signes dans cette liste une valeur de 0 à 6 selon le fait qu'il ne se manifeste pas (0), qu'il soit léger (1-2), modéré (3-4) ou grave (5-6).

Si cela vous aide à mieux observer le comportement de l'athlète, vous pouvez compléter cette partie du questionnaire après l'avoir questionné sur ces symptômes.

	Aucun	Léger		Modérer		Grave	
	0	1	2	3	4	5	6
Signes observables							
Perte de connaissance							

Convulsions							
Vomissements							
Confusion							
Difficulté à se rappeler : <input type="checkbox"/> perte de mémoire pour les évènements précédant l'incident <input type="checkbox"/> perte de mémoire pour les évènements suivant l'incident							
Perte d'équilibre							
Somnolence							
Maladresse physique							
Regard hagard							
A du mal à maintenir une posture assise ou debout							
L'athlète répond lentement							
L'athlète cherche ses mots							
Athlète se répète							
Autres _____ _____ _____							

4. Échelle des symptômes

Présenter à l'athlète tous les symptômes de cette liste et en se reposant sur ce qu'il ressent au moment de l'entrevue, demandez-lui de leur d'attribuer chacun une valeur de 0 à 6 selon le fait qu'il ne ressent pas le symptôme (0), qu'il le ressent comme étant léger (1-2), modéré (3-4) ou grave (5-6).

Notez qu'il y a trois nouveaux symptômes qui se sont rajoutés à la fin de cette grille qui ne sont pas présents dans la grille du « Questionnaire immédiat post-commotion ».

	Aucun	Léger		Modérer		Grave	
Symptômes rapportés par l'athlète	0	1	2	3	4	5	6
Maux de tête							
Douleur au cou							
Nausée							
Pression dans la tête							
Étourdissements							
Engourdissements ou picotement							
Vision floue/vision double							
Sensibilité à la lumière							
Sensibilité aux bruits							
Impression d'être au ralenti							
Impression d'être dans la brume							
Ne pas se sentir « bien »							
Difficulté à se concentrer							
Fatigue ou baisse d'énergie							
Être plus émotif							

Adaptée du livre : Les commotions cérébrales dans le sport : une épidémie silencieuse !
Dr Dave Ellemberg, Ph.D

Irritabilité							
Tristesse							
Nervosité ou anxiété							
Troubles de mémoire							
Difficulté à s'endormir							
Dors plus qu'à l'habitude							
Autres _____ _____							