

Traumatisme crânien

Introduction

Un traumatisme crânien est un coup porté à la tête. Il peut être sans gravité mais nécessite toujours une surveillance attentive, même en l'absence de lésion visible.

Surveillance à domicile (pendant 48h)

- **Restez accompagné(e)** durant les 24 à 48 premières heures.
- Repos complet, évitez les écrans, la lecture prolongée, les bruits forts.
- Surveillez les troubles du comportement, confusion ou agitation.
- Pas de sport ni d'activité intense pendant au moins 7 jours.

Signes d'alerte à surveiller (consultez immédiatement)

- Maux de tête persistants ou intenses
- Vomissements répétés
- Somnolence inhabituelle ou difficulté à se réveiller
- Troubles de la parole, de la vue, de la marche
- Perte de connaissance ou crises convulsives
- Écoulement de liquide clair ou sang par le nez ou les oreilles
- Pupilles inégales ou dilatées
- Amnésie prolongée

Recommandations générales

- **Évitez de conduire** ou d'utiliser des outils dangereux pendant 48h minimum.
- Ne prenez pas d'aspirine ou d'anti-inflammatoires sans avis médical (risque de saignement).
- Les enfants et les personnes âgées nécessitent une surveillance accrue.

Suivi médical

Un rendez-vous de contrôle peut être prescrit pour confirmer l'absence de complications (scanner cérébral si besoin).