

## PROTOCOLE CARTON BLANC

### SUSPICION DE COMMOTION CEREBRALE

Lors de votre dernier match, vous avez été victime d'un incident qui a incité l'arbitre à vous attribuer un CARTON BLANC.

Quelle que soit la décision prise (sortie définitive ou reprise du jeu), il est primordial que vous connaissiez les signes d'une commotion cérébrale qui peuvent survenir immédiatement mais également dans les 48 heures qui suivent le traumatisme.

#### **IL FAUT RESTER VIGILANT, VOUS ET VOTRE ENTOURAGE**

**Si vous présentez un de ces signes dans les 48 heures (mais aussi plus tard),  
vous devez consulter un médecin :**

- Maux de tête
- Étourdissements / Troubles de l'équilibre
- Trouble de concentration
- Vision floue
- Sensibilité à la lumière ou au bruit
- Fatigue anormale
- Nausées, vomissements
- Perte de connaissance
- Confusion / Désorientation
- Troubles de la mémoire
- Convulsions
- Douleurs du cou
- Si vous estimez ne pas être dans votre état physique et/ ou intellectuel habituel

#### **ATTENTION au SYNDROME du SECOND IMPACT**

Si vous reprenez trop tôt alors que vous présentez encore des symptômes ce qui signifie que votre cerveau n'a pas totalement récupéré, vous risquez de subir un nouvel impact et donc un SYNDROME du SECOND impact qui peut être MORTEL.