

Votre santé

Pas si anodine, la commotion cérébrale

Êtes-vous tombé sur la tête ? Dans ce cas, certaines précautions s'imposent pour éviter les séquelles à long terme.



Belgamimage

Après une chute, si votre tête a heurté le sol ou toute autre surface dure, la vigilance est de mise. Le pire serait la fracture du crâne, mais la commotion cérébrale peut aussi être source de nombreux symptômes qui, s'ils ne sont pas pris à temps, entraîneront des séquelles à long terme. Seul un médecin pourra faire la différence, d'où l'importance de se rendre aux urgences. Dans les deux cas, un traitement sera nécessaire. La commotion est en effet un traumatisme crânien susceptible, lui aussi, de perturber le fonctionnement du cerveau. Mais quels sont les critères qui peuvent laisser supposer que l'on souffre d'une commotion cérébrale ? « Il convient de distinguer les symptômes aigus des symptômes persistants, nous explique le Dr Mathieu Vokaer, chef du département des neurosciences du Chirec (Hôpital Delta). Les premiers symptômes d'une commotion cérébrale sont la confusion, des troubles de mémoire et, parfois, une perte de connaissance. Ils apparaissent immédiatement ou dans les 48 heures qui suivent. » Mais toute une série d'autres symptômes, moins spécifiques, peuvent également faire leur apparition : nausées, vomissements, maux de tête, acouphènes, troubles de la mémoire et/ou de l'équilibre, vision floue, sensibilité à la lumière (photosensibilité) ou au bruit, désorientation, irritabilité, anxiété, agitation... « L'expression de ces troubles est variable, on ne les présente pas nécessairement tous », rassure le Dr Vokaer. Ne risque-t-on pas de passer à côté d'une fracture du crâne ? À partir de quand doit-on s'inquiéter ? À degrés variables d'une personne à l'autre : s'il y a plus de trois épisodes de vomissements, si les maux de tête s'aggravent, en cas de convulsions ou d'apparition de signes neurologiques

focaux (par exemple la faiblesse d'un membre, une asymétrie des pupilles, des anomalies dans le champ visuel comme des zones noires). Si un ou plusieurs de ces symptômes se présente(nt), le retour aux urgences s'impose. La commotion cérébrale est a priori un traumatisme bénin, mais il importe, dans un premier temps, d'exclure une cause plus grave aux symptômes qui apparaissent. « Pour cela, le médecin doit commencer par procéder à une évaluation clinique avec, si nécessaire, un examen neurologique. Par précaution, un scanner cérébral et un électro-encéphalogramme compléteront le diagnostic, explique le Dr Vokaer. Attention !, ce n'est pas parce que le scanner semble normal qu'il n'y a pas de problème sous-jacent. La commotion entraîne parfois des séquelles à retardement... La plupart du temps, les commotions cérébrales se résorbent dans les mois qui suivent le traumatisme, mais dans 6 à 30 % des cas, les symptômes deviennent persistants à long terme. Ils donnent alors lieu à ce qu'on appelle un "syndrome post-commotionnel". Le patient peut alors présenter des épisodes de vertiges, des maux de tête, des troubles du sommeil, de la fatigue, un état dépressif, des difficultés de concentration et de mémorisation ou encore une sensibilité au bruit. Une minorité de patients auront des problèmes cognitifs persistant parfois plusieurs mois. Il n'y a pas de traitement spécifique à la commotion cérébrale. La seule consigne est le repos absolu pendant minimum deux semaines. Cela signifie éviter toute stimulation du cerveau : pas d'activité intellectuelle, pas d'exposition aux écrans et pas de sport. On prescrit parfois un antidouleur et/ou un anti-nauséeux. Le problème se résout, dans la plupart des cas, en 2 à 4 semaines. »

Myriam Bru