

---

## La tomodensitométrie de la tête chez les adultes ayant subi un traumatisme crânien : Quand est-ce nécessaire?



Un coup sur la tête ou une torsion brutale du cou peuvent être assez effrayants. Souvent, la blessure n'est pas grave. Mais parfois, elle peut causer des dommages au cerveau, tels qu'une commotion cérébrale, un saignement au cerveau ou des fractures du crâne.

Après une blessure à la tête ou au cou, on se rend souvent au service des urgences. Il est important pour le professionnel de la santé de vous examiner pour s'assurer que vous n'avez pas de lésion ou de commotion cérébrale. Il arrive que le professionnel de la santé demande un test du cerveau, appelé tomodensitométrie (CT scan), pour confirmer que vous n'avez pas subi de fractures ou de dommages graves au cerveau. La plupart du temps, vous n'avez pas besoin de cette tomodensitométrie. Voici pourquoi :

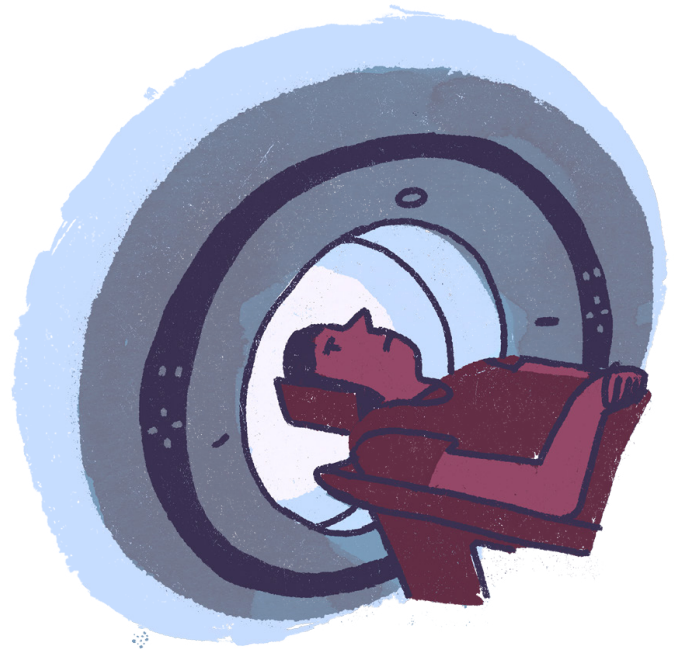
---

### Souvent, les tomodensitométries ne sont pas nécessaires.

Les tomodensitométries peuvent révéler s'il y a une enflure, un saignement au cerveau, ou une fracture du crâne. Si vous avez des signes de blessure grave, la tomodensitométrie est habituellement le meilleur premier test pour le confirmer. Le professionnel de la santé vérifiera si vous avez des signes d'un problème plus grave tels que :

- une faiblesse d'un côté du visage ou du corps;
- de la difficulté à parler, à entendre ou à avaler;
- une perte de vision;
- des crises convulsives;
- des vomissements répétés;
- un mal de tête intense;
- une pupille plus grosse que l'autre;
- un écoulement de liquide ou de sang d'une oreille ou du nez;
- une sensation douloureuse sur le crâne;
- le fait de prendre un médicament anticoagulant.

Les professionnels de la santé suivent des règles de décision clinique qui recommandent de faire passer



une tomodensitométrie seulement aux patients qui sont à risque élevé d'une fracture du crâne ou d'un saignement au cerveau. Après une blessure à la tête, la plupart des personnes ne présentent pas ces problèmes. De plus, la tomodensitométrie est incapable de détecter les commotions cérébrales. Si vous n'avez aucun de ces signes, les recherches indiquent que votre risque d'avoir une lésion grave qui nécessiterait qu'on vous opère ou qui causerait des complications graves est moins de 1 sur 7 000. Ainsi, il est peu probable que la tomodensitométrie soit utile.

Un examen complet par un professionnel de la santé est l'étape la plus importante pour exclure une blessure grave. Votre professionnel de la santé est formé pour rechercher les signes d'une commotion cérébrale ou de blessures plus graves. Si vous êtes capable de marcher et de parler normalement, votre risque d'avoir une lésion grave qui nécessite une chirurgie ou un traitement spécial est très faible.

---

## Les tomodensitométries vous exposent à la radiation.

La tomodensitométrie utilise des rayons X pour obtenir une image du cerveau et de la boîte crânienne. Les rayons X sont une forme de radiation, ce qui peut augmenter le risque de cancer au cours de votre vie. L'exposition aux radiations peut avoir des effets cumulatifs. Il est donc préférable de les éviter quand on peut.

---

## Le rétablissement est long après une blessure à la tête.

Vous pourriez continuer d'avoir des symptômes légers pendant quelques jours ou semaines, comme des maux de tête, des étourdissements, des nausées, des pertes d'équilibre, une sensibilité à la lumière ou aux bruits forts, ou des problèmes de mémoire ou de concentration. Ces symptômes s'améliorent habituellement avec le temps.

Allez immédiatement au service des urgences si vous avez un des symptômes suivants :

- un mal de tête qui augmente considérablement;
- une envie de dormir extrême où vous êtes incapable de vous faire réveiller;
- une difficulté à reconnaître les personnes ou les endroits;
- des vomissements répétés;
- un comportement inhabituel ou une irritabilité extrême;
- des crises convulsives des bras ou des jambes (secousses incontrôlables);
- une faiblesse ou un engourdissement des bras ou des jambes d'un côté du corps;
- un trouble d'équilibre ou de la difficulté à parler.

---

## Au sujet de Choisir avec soin

Choisir avec soin est la version francophone de la campagne nationale Choosing Wisely Canada. Choisir avec soin agit comme porte-parole national pour la réduction des examens et des traitements inutiles en santé. L'un de ses principaux rôles est d'aider les professionnels de la santé et les patients à engager un dialogue menant à des choix judicieux et efficaces.

## Comment cette brochure d'information a-t-elle été créée?

Cette feuille d'information pour les patients a été préparée en collaboration avec L'Association canadienne des médecins d'urgence, la campagne Choosing Wisely Alberta et le réseau clinique stratégique sur les services d'urgence des services de santé de l'Alberta.

Vous pouvez utiliser ce rapport lorsque vous rencontrerez votre professionnel de la santé. Il ne saurait toutefois se substituer à une consultation ou à un traitement médical. Vous utilisez ce rapport à vos risques.

---

## Conseils pour améliorer votre état

**Relaxez.** Reposez-vous jusqu'à ce que vos symptômes s'améliorent. Évitez les activités physiques exigeantes, en particulier les sports, les exercices intenses et autres travaux lourds. Faites attention de ne pas vous blesser de nouveau à la tête. Si vos symptômes s'aggravent pendant une activité en particulier, évitez cette activité. Il existe des règles pour un retour au travail progressif. Elles peuvent aider à se rétablir d'une blessure à la tête. Demandez à votre médecin quand vous pouvez reprendre vos activités normales.

**Buvez des liquides en quantité suffisante et évitez l'alcool.** En demeurant bien hydraté et en évitant l'alcool, vous pourrez vous rétablir plus vite.

## Évitez d'imposer du stress à votre cerveau.

Évitez les activités qui sont exigeantes mentalement ou émotionnellement pour le cerveau jusqu'à ce que vos symptômes s'améliorent, comme étudier, lire, jouer des jeux vidéo ou regarder la télévision.

**Demandez au médecin quels médicaments vous pouvez prendre.** Vous pouvez prendre des antidouleurs, en suivant les instructions de votre médecin, tels que l'acétaminophène (Tylenol), l'ibuprofène (Advil, Motrin) ou le naproxène (Aleve).

Si vos symptômes ne s'aggravent pas, mais persistent pendant plusieurs semaines, faites un suivi auprès de votre médecin.