

# CONSEILS DE SURVEILLANCE APRÈS UN TRAUMATISME CRÂNIEN



**Votre enfant est tombé ou a reçu un coup sur la tête ? Ce dépliant contient des conseils pour vous et votre enfant lors du suivi à la maison.**

# POUR LES PARENTS

## Surveillance



**TOUTES LES 3H  
PENDANT 24-48H**

Une surveillance à la maison est nécessaire et doit se faire toutes les 3h, également la nuit avec un réveil de l'enfant (durant 24 à 48 heures).



**SURVEILLANCE  
ACCRUE LES  
PREMIÈRES 24H**

Évitez de laisser votre enfant seul durant les 24 premières heures.



**PRÉSENCE  
D'UN ADULTE**

Un adulte doit être présent pour surveiller son état de santé et être capable d'intervenir en cas de besoin.

## Traitement

Une prise en charge adéquate de la douleur est importante.

### PARACÉTAMOL

**15mg/kg = ..... mg  
maximum 4x/jour**

à ..... h .....

à ..... h .....

à ..... h .....

à ..... h .....

### IBUPROFÈNE

**10mg/kg = ..... mg  
maximum 3x/jour**

à ..... h .....

à ..... h .....

à ..... h .....

## Symptômes

Les symptômes suivants doivent vous alerter. **Consulter rapidement un médecin ou un service d'urgence.**



Somnolence, difficulté à réveiller l'enfant



Nausées et vomissements



Maux de tête intenses et prolongés ou non contrôlés par des antalgiques comme le paracétamol ou l'ibuprofène



Comportement anormal



Intolérance à la lumière



Difficulté à bouger un bras ou une jambe, perte de force



Perte d'équilibre, démarche anormale ou instable



Trouble de la vision, de la parole ou de l'audition



Trouble de la conscience

## POUR LES ENFANTS



- 1 Si tu te sens fatigué, n'hésite pas à **te reposer** et à faire une sieste.



- 2 C'est possible que tu aies mal de tête. N'hésite pas à **demandeur un médicament antidouleur** à tes parents et repose toi.



- 3 Si tu as la tête qui tourne, essaie de te **lever par étapes** et de **prendre ton temps** pour faire tes activités.



- 4 C'est possible que tu aies envie de vomir ou que tu vomisses : ne t'inquiète pas mais **parles-en à un adulte**.



- 5 Si tu ne supportes pas bien la lumière ou le soleil, n'hésite pas à **baissier ou à éteindre la lumière**.



- 6 Si tu supportes moins bien les bruits, vas dans **une pièce plus calme** ou demande que l'on fasse moins de bruit.



- 7 Essaie de **limiter ton temps devant les écrans** (téléphone, tv, jeux vidéo, ordinateur, console...) parce que tu risques de te sentir moins bien.



- 8 Et le plus important : **si tu ne te sens pas bien, dis-le tout de suite à un adulte !**



## IL VAUT MIEUX PREVENIR QUE GUERIR !

Mets un **casque** pour  
rouler à vélo, en trottinette  
ou pour faire du patin à roulettes.



CHU Saint-Pierre  
UMC Sint-Pieter

### Site Porte de Hal

Rue Haute 322, 1000 Bruxelles  
+32 (0)2 535 31 11  
[www.stpierre-bru.be](http://www.stpierre-bru.be)

## CONTACT

### Urgences pédiatriques

 02/535.43.60

 24h/24 - 7j/7