



## COMMOTION CEREBRALE EN RUGBY AMATEUR CONDUITE A TENIR DEVANT UNE SUSPICION COMMOTION CEREBRALE

**(TOUTE SUSPICION DE COMMOTION CEREBRALE DOIT ETRE TRAITEE COMME UNE COMMOTION CEREBRALE)**

1. LE PRESIDENT DU CLUB EST RESPONSABLE DE LA SANTE DE SES JOUEURS LICENCIES.  
IL DELEGUE CETTE RESPONSABILITE AUX ENTRAINEURS QU'IL DESIGNE.
2. LA COMMOTION CEREBRALE EST UNE BLESSURE DU CERVEAU
3. TOUTES LES COMMOTIONS CEREBRALES SONT SERIEUSES
4. IL PEUT Y AVOIR UNE COMMOTION CEREBRALE SANS PERTE DE CONNAISSANCE
6. IL FAUT S'ATTACHER A RECONNAITRE TOUT SIGNE DE SUSPICION DE COMMOTION CEREBRALE AFIN DE FAIRE SORTIR LE JOUEUR OU LA JOUEUSE, AU RISQUE D'UNE NOUVELLE BLESSURE VOIRE D'UNE NOUVELLE COMMOTION, AUX CONSEQUENCES MAJOREES (SYNDROME DIT DU « DEUXIEME IMPACT »).
5. TOUT JOUEUR AYANT UN SYMPTOME FAISANT EVOQUER UNE COMMOTION CEREBRALE APRES UN CHOC A LA TETE :
  - 5.1. DOIT ARRETER IMMEDIATEMENT LE MATCH OU L'ENTRAINEMENT
  - 5.2. UN DELAI DE REPOS STRICT (24 HEURES MINIMUM) EST OBLIGATOIRE AVANT REPRISSE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE.
  - 5.3. LA REPRISSE D'ACTIVITE PHYSIQUE NE POURRA SE FAIRE DANS LES JOURS SUIVANTS QUE LORSQUE TOUS LES SYMPTOMES AURONT DISPARUS
  - 5.4. LE JOUEUR DOIT ALORS SUIVRE UN PROTOCOLE DE RETOUR AU JEU PAR PALIERS PROFESSIFS AVANT DE REPREDRE LE RUGBY (ENTRAINEMENT OU MATCH)

**NE DOIT PAS REPREDRE LE RUGBY (ENTRAINEMENT OU MATCH) TANT QUE LES SYMPTOMES PERSISTENT**

6. LA PLUPART DES COMMOTIONS CEREBRALES SE RESOLVENT SPONTANEMENT EN MOINS 7 JOURS AVEC UN REPOS INITIAL SUIVI D'UNE REPRISSE PROGRESSIVE DE L'ACTIVITE PHYSIQUE (PROTOCOLE DE RETOUR AU JEU).
7. LES CONDITIONS NECESSAIRES A LA REPRISSE DU RUGBY (ENTRAINEMENT OU MATCH) APRES COMMOTION SONT :
  - 7.1. LE JOUEUR N'A PLUS AUCUN SYMPTOME DE COMMOTION
  - 7.2. LE JOUEUR A REPRIS TOUTES LES ACTIVITES PHYSIQUES PAR PALIERS PROGRESSIFS
  - 7.3. LE JOUEUR PRESENTE UN CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA PRATIQUE DU RUGBY POSTERIEUR A LA DATE DE L'EVENEMENT AVANT DE REPREDRE LE RUGBY (ENTRAINEMENT OU MATCH).

9. REGLES FEDERALES FFR EN SECTEUR AMATEUR		
Pour un joueur commotionné	9.1. : DE MOINS DE 18 ANS	9.2. : DE PLUS DE 18 ANS
<b>S'il s'agit d'une 1<sup>ère</sup> commotion cérébrale dans les 12 derniers mois :</b>		
Mise au repos de	21 JOURS <i>(fragilité à la commotion cérébrale beaucoup plus importante chez les jeunes)</i>	10 JOURS
	<b>Visite médicale recommandée <u>si persistance</u> des symptômes au-delà d'une semaine auprès du MEDECIN TRAITANT OU MEDECIN SPECIALISTE.</b>	
Suivi médical	<b>Visite médicale OBLIGATOIRE</b> avant la fin des 21 jours de repos auprès du (MEDECIN TRAITANT OU MEDECIN SPECIALISTE) pour envisager l'établissement du certificat médical de non contre-indication à la pratique du jeu.	<b>Visite médicale OBLIGATOIRE</b> avant la fin des 10 jours de repos auprès du (MEDECIN TRAITANT OU MEDECIN SPECIALISTE) pour envisager l'établissement du certificat médical de non contre-indication à la pratique du jeu.
Protocole de retour au jeu	5 paliers progressifs quotidiens sans symptôme avant d'autoriser la reprise du jeu avec contact.	5 paliers progressifs quotidiens sans symptôme avant d'autoriser la reprise du jeu avec contact.
<b>S'il s'agit d'une 2<sup>ème</sup> commotion cérébrale dans les 12 derniers mois :</b>		
Mise au repos de		21 JOURS
	<b>Consultation spécialisée auprès d'un neurologue ou neurochirurgien obligatoire.</b>	<b>Visite médicale recommandée <u>si persistance</u> des symptômes au-delà d'une semaine auprès du MEDECIN TRAITANT OU MEDECIN SPECIALISTE.</b>
Suivi médical		<b>Visite médicale OBLIGATOIRE</b> entre le 15 <sup>ème</sup> et 21 <sup>ème</sup> jour d'arrêt sportif auprès du (MEDECIN TRAITANT OU MEDECIN SPECIALISTE) pour envisager l'établissement du certificat médical de non contre-indication à la reprise progressive du jeu.  <b>L'avis d'un EXPERT REFERENT COMMOTIONS CEREBRALES régional pourra être requis à la demande du médecin consulté.</b>
Protocole de retour au jeu		5 paliers progressifs quotidiens sans symptôme avant d'autoriser la reprise du jeu avec contact.

9. REGLES FEDERALES FFR EN SECTEUR AMATEUR		
Pour un joueur commotionné	9.1. : DE MOINS DE 18 ANS	9.2. : DE PLUS DE 18 ANS

S'il s'agit d'une <b>3ème commotion cérébrale</b> dans les <b>12 derniers mois</b> :		
Mise au repos de		90 JOURS
Suivi médical		Visite médicale <b>OBLIGATOIRE</b> auprès d'un <b>REFERENT EXPERT COMMOTIONS CEREBRALES régional</b> avant la fin des 90 jours <u>d'arrêt sportif</u> pour envisager l'établissement du certificat médical de non contre-indication à la reprise progressive du jeu.
Protocole de retour au jeu		5 paliers progressifs quotidiens sans symptôme avant d'autoriser la reprise du jeu avec contact.

**(\*) IMPRIME A RETIRER SUR LE SITE INTERNET FFR**

**LE PRESIDENT DU CLUB DOIT ADRESSER UNE COPIE DU CERTIFICAT MEDICAL DE NON CONTRE INDICATION A LA REPRISE PROGRESSIVE DU JEU :**

**POUR LA SAISON EN COURS :**

- AU PRESIDENT DE LA COMMISSION MEDICALE TERRITORIALE

**ET A PARTIR DU 01/07/2018 ET SAISONS SUIVANTES :**

- AU PRESIDENT DE LA COMMISSION MEDICALE DU DEPARTEMENT

- AU PRESIDENT DE LA COMMISSION MEDICALE DE LA LIGUE REGIONALE