

Travaillons ensemble pour mettre fin aux commotions

Charles H. Tator, fondateur, Pensez d'abord Canada

Publié le jeudi 20 décembre 2009

• Photos (1)

Don Cherry (photo de gauche) laisse entendre que le Dr Charles Tator (droite) cherche à faire les manchettes.

PHOTO DE GAUCHE FOURNIE PAR RENÉ JOHNSTON/TORONTO STAR

Réhabilitation d'un traumatisme cérébral La réhabilitation au Canada donne de l'espoir et aide les personnes de tous âges qui ont subi un traumatisme cérébral ou une lésion cérébrale acquise. www.nrio.com

En tant que neurochirurgien, je possède une grande expérience dans le traitement des athlètes qui ont subi un traumatisme cérébral ou médullaire. Malheureusement, je sais que les moyens sont limités, car le cerveau et la moelle épinière ne se régénèrent pas. Il est donc nécessaire de mettre l'accent sur la prévention. C'est la raison pour laquelle j'ai fondé Pensez d'abord Canada en 1992 avec d'autres personnes du milieu médical. Pensez d'abord Canada est un organisme de bienfaisance national voué à la prévention des traumatismes.

Nous savons que la prévention est efficace. Cela a été démontré par le déclin des traumatismes médullaires au hockey après la mise en œuvre de mesures par Pensez d'abord, Hockey Canada et d'autres membres de la communauté du hockey. Parmi ces mesures, mentionnons l'éducation des joueurs sur les doubles échecs et les mises en échec dans le dos, l'ajout d'écussons ARRÊT sur les chandails et les règlements contre les doubles échecs et les mises en échec dans le dos.

Le nombre de traumatismes crâniens graves a également diminué au hockey, et les décès sont rares grâce aux efforts de prévention, en particulier l'utilisation de casques qui protègent les joueurs contre les caillots sanguins et autres traumatismes cérébraux importants. Toutefois, le nombre de commotions demeure élevé dans ce sport, la prévention étant plus difficile à effectuer, et ce pour plusieurs raisons.

Aucun casque ne permet de réduire le nombre de commotions cérébrales, qu'elles soient dues aux coups de coude ou d'épaule à la tête, aux mises en échec dans le dos, aux combats, etc. De plus, il est plus difficile de diagnostiquer une commotion cérébrale en raison de l'absence de signe ou de symptôme évident. La plupart des commotions cérébrales se produisent sans perte de conscience et présentent des symptômes plus subtils, notamment des vertiges, des maux de tête et la perte de mémoire. En outre, les commotions ne sont pas toujours signalées, car les joueurs ne veulent pas perdre de temps de jeu ou manquer des parties.

Les commotions cérébrales représentent un problème de taille, car nous savons aujourd'hui que des commotions répétées peuvent entraîner des déficits

permanents, notamment la démence, des attaques, des troubles moteurs et la dépression. Le nombre de commotions cérébrales semble être à la hausse, même si une recherche approfondie est requise pour en déterminer le nombre exact. Une forte augmentation du nombre de commotions cérébrales a été constatée, tant dans le hockey amateur que professionnel, jusqu'à 20 p. cent d'une équipe de hockey chaque année. J'ai moi-même remarqué une augmentation du nombre de joueurs ayant subi une commotion cérébrale, en particulier parmi les 14 à 19 ans. La taille et la vitesse accrues des joueurs, ainsi que leur niveau d'agressivité et de violence sont des facteurs qui entraînent une augmentation du nombre de commotions. Si la quasi-totalité des personnes qui subissent une commotion cérébrale s'en remettent, nombreuses sont celles qui ne se remettent pas de commotions répétées. Il n'existe aucun traitement prouvé, mais il existe plusieurs moyens d'accroître les chances de guérison grâce à une détection précise et la gestion d'un expert.

Pour contrebalancer ces statistiques effarantes, Pensez d'abord à consacrer beaucoup de temps à l'éducation des joueurs, des parents, des entraîneurs, des ligues et des médecins sur le diagnostic et la gestion des commotions cérébrales.

Depuis 2002, nous avons distribué 50 000 exemplaires « Du hockey intelligent », avec des conseils sur la prévention de joueurs vedettes, notamment l'ancien capitaine des Maple Leafs, Mats Sundin. En 2004, nous avons créé un comité d'éducation et de sensibilisation aux commotions, composé d'un groupe d'experts qui a élaboré des guides pour la gestion des commotions à l'intention des joueurs, des parents, des entraîneurs et d'autres personnes. Toutes les informations sont disponibles sur notre site Web www.thinkfirst.ca. Nous avons également aidé à organiser des ateliers d'éducation conjointement avec d'autres organismes, en particulier le Dr Tom Pashby Sports Safety Fund et Hockey Canada. Ces ateliers, qui sont tenus dans toutes les collectivités du pays, présentent des conseils d'experts sur le diagnostic et le traitement des commotions cérébrales.

Récemment, lors d'un atelier tenu à Regina, j'ai mentionné que le type de hockey brutal préconisé par certains commentateurs sportifs, dont Don Cherry, ne devrait plus faire partie de la culture de notre sport national. Nous devons abandonner cette mentalité qui veut que nous gagnions à tout prix, et préconiser un type de hockey où les joueurs respectent leurs propres corps et leurs adversaires.

Ce message a été avancé par plusieurs autres personnes, notamment dans le rapport McMurtry sur la violence dans le hockey amateur en Ontario, publié en 1974. Dans mon livre sur les blessures dans le sport et les loisirs publié l'année dernière, le coût de ces blessures en Ontario a été évalué à environ trois milliards de dollars. Toutefois ce sont les répercussions sur les familles et les athlètes qui sont les plus importantes, et encore plus que ce que nous avons imaginé, comme le montre le rapport de l'université de Boston présentée récemment dans le *Star*. Ce rapport aborde le cas de Reggie Fleming, ancien joueur de la LNH, dont le cerveau a subi des dommages importants après des commotions répétées.

Deux semaines plus tard, notre groupe annonçait la création du Krembil Neuroscience Centre Sports Concussion Project au Toronto Western Hospital afin

d'examiner le cerveau des athlètes ayant subi des commotions. Nous espérons découvrir les mécanismes exacts des dommages et, si possible, les moyens de traiter ce trouble terrible qui ressemble à plusieurs égards à la maladie d'Alzheimer.

Nous sommes à un point tournant grâce à ces initiatives. Dans le passé, les amateurs de hockey ont uni leurs forces pour réduire le nombre de traumatismes médullaires. Nous avons alors amélioré la sécurité au hockey pour les joueurs, et nous pouvons le faire de nouveau. Nous espérons que toutes les personnes impliquées dans le hockey se joindront à l'équipe de prévention afin de réduire les coups portés à la tête au hockey. Nous ne devons pas nous laisser dissuader par les spectacles de foire des personnes qui défendent le statu quo sur la violence.

Charles H. Tator est neurochirurgien au Toronto Western Hospital

Ressources

- **Concussion summit**
- **Series Part 1: The human toll of concussions**
- **Series Part 2: Players put team above health**
- **A tale of two teenagers**
- **Hockey careers lost to concussions**
- **A concussion primer (.PDF)**
- **LIENS CONNEXES Fondation Pensez d'abord Saving the Game**