

Échelle des Symptômes Post-Commotion

SYMPTÔMES	aucun		léger		modéré		sévère	
	0	1	2	3	4	5	6	
Mal à la tête	0	1	2	3	4	5	6	
Pression dans la tête	0	1	2	3	4	5	6	
Douleur dans le cou	0	1	2	3	4	5	6	
Nausée ou vomissement	0	1	2	3	4	5	6	
Étourdissements	0	1	2	3	4	5	6	
Vision trouble	0	1	2	3	4	5	6	
Problème d'équilibre	0	1	2	3	4	5	6	
Sensibilité à la lumière	0	1	2	3	4	5	6	
Sensibilité au bruit	0	1	2	3	4	5	6	
Sensation d'être au ralenti	0	1	2	3	4	5	6	
Se sentir dans le brouillard	0	1	2	3	4	5	6	
Ne pas se sentir normal	0	1	2	3	4	5	6	
Problème de concentration	0	1	2	3	4	5	6	
Problème de mémoire	0	1	2	3	4	5	6	
Fatigue ou pas d'énergie	0	1	2	3	4	5	6	
Confusion	0	1	2	3	4	5	6	
Somnolence	0	1	2	3	4	5	6	
Difficulté d'endormissement	0	1	2	3	4	5	6	
Émotivité accrue	0	1	2	3	4	5	6	
Irritabilité	0	1	2	3	4	5	6	
Tristesse	0	1	2	3	4	5	6	
Nervosité ou anxiété	0	1	2	3	4	5	6	

TOTAL

/132



INSTRUCTIONS: Vous devez évaluer vous-même dans quelle mesure vous ressentez actuellement chacun des symptômes proposés, avec une note de 0 à 6, tel que démontré dans l'encadré ci-contre.