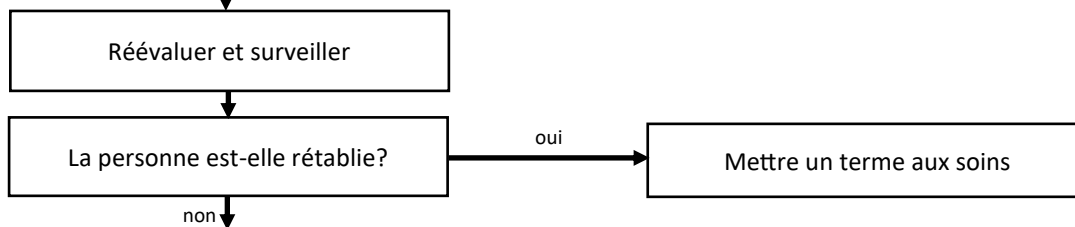


Offrir une éducation structurée aux patients (conseils pour rester actif, rassurer, promouvoir et faciliter le retour au travail et aux activités normales, conseils sur les soins personnels) et l'une des interventions thérapeutiques suivantes *:

- Repos cognitif / physique et exercice aérobie**
- Restreindre l'activité physique et cognitive
 - Des conseils pour reprendre un programme d'activité graduel
 - Réintroduction progressive de l'activité aérobie sans contact
 - Des conseils pour reprendre une activité complète
- Retour à l'école**
- Augmentation progressive des activités académiques
 - Protocole de retour à l'école
 - Supports pédagogiques supplémentaires
 - Ajuster les supports pédagogiques

- Céphalée post-traumatique**
- Analgésie non opioïde
- Dormir**
- Hygiène du sommeil
- Déficience cognitive**
- Déterminer l'étiologie du dysfonctionnement cognitif dans le contexte des symptômes de l'ITM et recommander un traitement qui reflète l'étiologie présumée



Récupération incomplète ou changement majeur des symptômes (symptômes physiques, psychologiques ou psychologiques nouveaux ou en aggravation): se référer à un professionnel de la santé approprié

*Les interventions sont recommandées si les directives utilisent des termes tels que «recommandé pour examen» (par exemple, «offrir», «envisager»), «fortement recommandé», «recommandé sans aucune condition requise» ou «devrait être utilisé». Les recommandations issues de preuves de faible qualité ne sont pas répertoriées.