

Traumatisme crânien en contexte de violence conjugale

Le sujet des traumatismes crâniens et des commotions cérébrales suite à une blessure ou à un coup à la tête, est dorénavant bien connu dans le domaine du sport. Malheureusement, ce phénomène est très peu abordé en contexte de violence conjugale. De plus en plus au Québec, un lien tend à se faire entre les traumatismes crâniens des victimes de violence conjugale et les épisodes d'abus physiques (coup à la tête, étranglement, tête maintenue sous l'eau, etc.). Nous croyons qu'il est important que tu puisses y réfléchir toi aussi et possiblement mieux comprendre certaines conséquences de la violence que tu as subie.

Contrairement aux personnes blessées lors d'une activité sportive où des soins médicaux sont prodigués, tu n'as probablement pas eu cette même chance. C'est-à-dire d'avoir eu l'occasion de prendre soin de toi, de te reposer et de guérir doucement suite à la violence vécue.

Subir un traumatisme cérébral causé par ton partenaire peut avoir des impacts sur ta santé. Si tel est le cas, rassure-toi, nous t'accompagnerons dans ton processus de guérison.



Refuge

pour les femmes de l'Ouest de l'île

West Island Women's

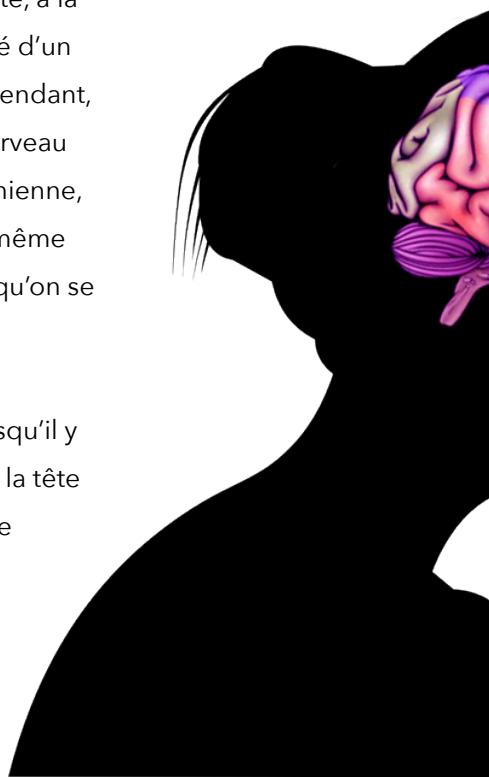
Shelter

Qu'est-ce qu'un traumatisme crânien?

Un trauma crânien est une blessure au cerveau causée par un coup violent, un choc à la tête, à la figure ou au cou. Notre cerveau est entouré d'un liquide qui a pour but de le protéger. Cependant, lorsqu'il y a un choc soudain à la tête, le cerveau fait un va-et-vient rapide dans la cavité crânienne, provoquant ainsi une sorte de contusion (même principe qu'un « bleu » sur notre peau lorsqu'on se cogne).

Le cerveau peut également être blessé lorsqu'il y a un manque d'oxygène s'y rendant. Avoir la tête maintenue sous l'eau, être étranglée, serrée au cou contre un mur, etc., peut causer un manque de circulation de l'oxygène vers le cerveau et y créer des petites lésions.

Contrairement à une blessure physique au corps, les blessures au cerveau sont presque invisibles. Elles sont donc plus difficiles à identifier dans un contexte de violence conjugale. Un traumatisme cranio-cérébral suite à un épisode violent peut causer des troubles à la fois cognitifs, psychologiques, physiques, émotionnels et comportementaux.



Regarde la liste ci-dessous. Est-ce que tu te reconnais dans certains des énoncés suivants ?



- J'ai souvent des maux de tête
- Je me sens étourdie
- J'ai souvent des nausées
- Je suis sensible aux lumières intenses
- Ça me dérange quand il y a beaucoup de bruit
- J'ai de la misère à lire/écrire à cause de ma vision (floue, double)
- J'ai souvent des engourdissements ou une faiblesse dans mon ou mes bras/mains/jambes
- Je ne dors pas bien, j'ai du mal à m'endormir ou à rester endormie
- Je fais de l'insomnie
- Je suis irritable ou impatiente
- Je suis anxieuse
- Je suis dépressive
- J'oublie (...)
- Je me sens souvent confuse ou dans le "brouillard"
- J'ai de la difficulté à me concentrer
- Je trouve difficile de prendre des décisions
- C'est difficile pour moi d'apprendre de nouvelles choses
- Il m'est difficile de comprendre ou retenir des informations importantes
- J'ai de la difficulté à compléter des tâches

Lors de notre prochaine rencontre, nous aurons l'occasion d'en discuter ensemble, je t'invite à inscrire sur la dernière page de cette brochure tes questions, tes réflexions, tes souvenirs, etc.



Handwriting practice lines consisting of multiple horizontal lines for writing. The first three lines are partially occupied by the butterfly illustration at the top left.



Refuge
pour les femmes de l'Ouest de l'île
West Island Women's
Shelter

www.wiws.ca / rfoi.org
514-620-4845

Brain Trauma

The phenomenon of traumatic brain injuries and concussions following a head injury or blow to the head is now well known in the field of sports. Unfortunately, this condition is seldom addressed in the context of conjugal violence. A growing trend in Quebec is to link traumatic brain injuries in victims of conjugal violence with episodes of physical abuse (e.g. being hit in the head, strangulation, head held underwater, etc.). We believe that it is important for you to think about this, thus helping you to possibly better understand some of the consequences of the violence you have suffered.

In contrast to people injured in a sporting activity where they received medical aid and support, you probably didn't have the same opportunity. In other words, you may not have had the time needed to take care of yourself, rest and heal slowly from the violence you experienced.

Suffering a brain trauma caused by your partner could have an impact on your health. If this is the case, rest assured that we will be there to support you in your journey to recovery.



Refuge
pour les femmes de l'Ouest de l'île

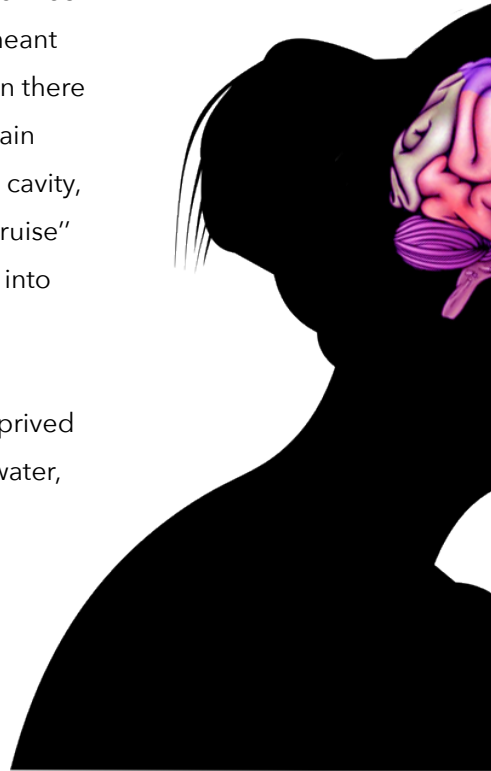
West Island Women's
Shelter

What is a Traumatic Brain Injury (TBI)?

A traumatic brain injury is an injury to the brain caused by a strong blow to the head, face or neck. Our brain is surrounded by a fluid that is meant to protect it from any harm. However, when there is a sudden blow or jolt to the head, the brain moves rapidly back and forth in the cranial cavity, causing a kind of contusion (similar to a “bruise” which appears on our skin when we bump into something).

The brain can also be injured when it is deprived of oxygen. Having your head held underwater, being choked, having your neck pressed against a wall, etc., can result in a loss of oxygen flow to the brain and cause small lesions.

In comparison to a physical injury to the body, injuries to the brain are almost invisible. They are therefore more difficult to detect in the context of conjugal violence. A traumatic brain injury following a violent episode can cause cognitive, psychological, physical, emotional and behavioral changes.



Take a few minutes to read the list below. Do you recognize yourself in any of the following sentences?



- I often experience headaches
- I feel dizzy
- I often feel nauseous
- I am sensitive to bright lights
- It bothers me when there is a lot of noise
- I have trouble reading/writing due to my blurry and/or double vision
- I often have numbness or weakness in my extremities (arms, legs, hands, etc.)
- I don't sleep well; I have trouble falling asleep; or staying asleep
- I have insomnia
- I am easily irritated or impatient
- I feel anxious
- I feel depressed
- I forget (...)
- I often feel confused or in a state of "fog"
- It is difficult for me to concentrate
- I find it hard to make decisions
- It is a struggle for me to learn new things
- I have difficulty understanding or remembering important information
- I have a hard time with completing tasks/chores

At our next meeting, we will have the opportunity to further discuss this topic together and I would encourage you to write down your questions, thoughts, memories, etc. on the last page of this leaflet.





Refuge
pour les femmes de l'Ouest de l'île
Shelter

West Island Women's
Shelter

www.wiws.ca / rfoi.org
514-620-4845