

学校名称_____

学生和家長腦震盪知情同意書

本同意書旨在為學生、家長及法定監護人提供有關腦震盪的最新相關信息,並遵守康涅狄格州一般法規 (CGS) 第 163 章第 149b 節:腦震盪:教練培訓課程。教育計劃。知情同意書。由州教育委員會制定或批准。

吊銷教練執照;以及第10-149c條:學生運動員與腦震盪。禁止參加體育活動。
通知父母或法定監護人。吊銷教練許可證。

什麼是腦震盪?

國家運動訓練師協會 (NATA) -腦震盪是“由創傷引起的精神狀態改變,可能會或可能不會導致意識喪失。”

美國疾病控制與預防中心 (CDC) -“腦震盪是一種創傷性腦損傷 (TBI),由頭部受到撞擊、打擊或震動,或身體受到重擊而導致頭部和腦部快速前後移動。這種突然的運動會導致腦組織在顱骨內彈跳或扭曲,拉伸和損傷腦細胞,並引起腦部化學變化。” -CDC,《注意:腦震盪》。http://www.cdc.gov/headsup/basics/concussion_what.html

即使是“叮”的一聲、“鈴聲響起”,或者看似輕微的撞擊或打擊頭部,也可能造成嚴重後果。” -CDC,《注意:教練腦震盪事實說明書》http://www.cdc.gov/headsup/pdfs/custom/headsupconcussion_fact_sheet_coaches.pdf

第 1 部分腦震盪教育計劃摘要

[康涅狄格州學校腦震盪教育計劃和指南](#)該計劃於2015年1月獲得康涅狄格州教育委員會批准。以下是該計劃的要求概要。完整文件可在康涅狄格州教育委員會 (CSDE) 網站上查閱: <http://www.sde.ct.gov/sde/cwp/view.asp?a=2663&q=335572>

州法律要求每個地方和地區教育委員會必須批准並實施腦震盪教育計劃,使用書面材料、在線培訓或視頻或面對面培訓,至少解決以下問題:1. 識別腦震盪的體征或症狀。

2. 為疑似遭受腦震盪的人提供適當的醫療救治的方法。
3. 腦震盪的性質和風險,包括在遭受腦震盪後繼續從事體育活動的危險腦震盪。
4. 允許遭受腦震盪的學生運動員恢復運動活動的正確程序。
5. 目前預防和治療腦震盪的最佳實踐。

第 2 節 腦震盪的體征和症狀:概述如果出現以下一種或多種體征或症狀,或者教

練/評估員不確定,在發生上述 CDC 定義中描述的撞擊或疑似撞擊後,則應懷疑是腦震盪。

腦震盪的跡象可能包括 (即運動員在觀察者眼中的表現/樣子):

- 困惑/迷失方向/煩躁
- 難以休息/感到舒適
- 注意力不集中
- 反應遲鈍/嗜睡
- 言語不連貫/含糊不清
- 動作緩慢/笨拙
- 失去意識
- 健忘症/記憶問題
- 行為愚蠢、好斗或具有攻擊性
- 反復問同樣的問題
- 茫然的样子
- 焦躁不安/易怒
- 不斷嘗試重返賽場
- 持續運動
- 不相稱/不適當的反應
- 平衡問題

腦震盪的症狀可能包括 (即運動員報告的內容):

- 對聲音/光線/觸摸過度敏感
- 頭痛或頭暈
- 惡心或嘔吐
- 視力模糊或複視
- 耳鳴
- 感覺頭腦不清醒或昏昏沉沉

州法律規定,教練必須立即將學生運動員從任何校內或校際體育活動中移除:a) 被觀察到在疑似頭部或身體受到撞擊後出現與腦震盪相符的體征、症狀或行為;或 b) 被診斷患有腦震盪,無論此類腦震盪或頭部損傷何時發生。在將運動員移除後,合格的學校工作人員必須在 24 小時內通知其家長或法定監護人,學生運動員已出現腦震盪的體征和症狀。

第 3 节 返回播放 (RTP) 协议概述

目前,无法准确预测个体脑震荡会持续多久。学生运动员必须完全康复后才能恢复运动。康涅狄格州法律现规定,任何运动员必须获得持有执照且接受过脑震荡评估和管理培训的医疗保健专业人员 (医生、医师助理、高级执业注册护士 (APRN)、运动教练)的书面医疗许可,方可恢复运动。

脑震荡管理要求:

- 1. 任何运动员不得在脑震荡当天恢复参加体育活动。
- 2. 如果出现意识丧失、呕吐或癫痫发作,运动员必须立即送往医院。
- 3. 运动员脑震荡后,必须持续密切观察。运动员受伤后应继续接受监护,以确保症状不会恶化/升级。
- 4. 任何出现脑震荡相关体征或症状的运动员必须接受持证医疗保健专业人员的评估 (医生、医生助理、高级执业注册护士 (APRN)、运动训练师)接受过脑震荡评估和管理方面的培训。
- 5. 运动员必须获得上述持证医疗保健专业人员的初步书面许可,指导其按照类似于下文概述的明确RTP分步方案进行治疗。如果在RTP治疗过程中出现任何体征或症状复发,运动员应停止活动。
- 6. 成功实施 RTP 方案后 (不再出现任何与脑震荡一致的体征、症状或行为) ,运动员需要获得上述持牌医疗保健专业人员之一的最终书面医疗许可,才能完全恢复不受限制地参加训练和比赛。

医疗许可 RTP 协议 (建议每个步骤之间至少间隔一整天)

康复阶段1.无活动	康复每个阶段的功能锻炼完全的身体和认知休息直至症状消失,学校活	每个阶段的目标
	动可能需要调整	恢复
2.轻度有氧运动	散步、游泳或固定自行车保持 强度低于最大运动量的 70%;无阻力训练	增加心率
3. 专项运动 无接触	冰球中的滑冰训练、足球中的跑步训练;无头部冲击活动	添加运动
4.非接触性运动 演习	进阶到更复杂的训练,例如足球和冰球的传球训练;可以开始渐进式阻力训练	运动、协调和认知负荷
5. 全接触运动训练获得最终医疗许可后,参加正常训练活动		恢复信心并评估 教练组的功能技能
6. 全面活动:如果在	无限制	恢复全面运动参与

* RTP疗程进展过程中出现任何体征或症状恶化,运动员应停止当天的活动。如果运动员第二天症状消失,可从上次完成的、未出现症状的步骤继续进行RTP疗程。如果症状复发且未缓解,运动员应转诊至其医疗服务提供者处。

第 4 节 地方/地区教育委员会关于脑震荡的政策

***** 附上当地或地区教育委员会的脑震荡政策 *****

我已阅读并理解《学生和家长脑震荡知情同意书》以及随附的有关脑震荡的教育委员会政策,并了解脑震荡的严重性以及立即治疗此类伤害的必要性。

学生姓名: _____ 日期: _____ 签名: _____
(打印姓名)

我授权我的孩子参加 _____ 学年 _____
(运动/活动)

家长/监护人姓名: _____ 日期: _____ 签名: _____
(打印姓名)

参考: _____

- 1. NFHS.脑震荡.2008年NFHS运动医学手册 (第三版) ,2008:77-82.http: //www.nfhs.org. _____
http://journals.lww.com/cjsportsmed/Fulltext/2009/05000/Consensus_Statement_on_Concussion_in_Sport_3rd_1.aspx .
- 2. 美国疾病控制与预防中心 (CDC) 。注意:高中体育运动中的脑震荡.http: //www.cdc.gov/NCIPC/tbi/Coaches_Tool_Kit.html.
- 3. CIAC 震荡中心 - [http: //concussioncentral.ciacsports.com/](http://concussioncentral.ciacsports.com/)

资源: _____

- 美国疾病控制与预防中心 (CDC) 。伤害预防与控制:创伤性脑损伤。 2015年6月1日检索.http: //www.cdc.gov/TraumaticBrainInjury/index.html
- 美国疾病控制与预防中心 (CDC) 。《注意:高中体育运动中脑震荡教练指南》。 2015年6月1日检索.http: //www.cdc.gov/headsup/highschoolsports/coachr.html
- 美国疾病控制与预防中心 (CDC) 。 “注意:脑震荡相关材料、情况说明书和在线课程” ,2015年6月6日检索.http: //www.cdc.gov/headsup/