

8 BONNES RAISONS DE NE PAS CONSOMMER

de l'alcool et de la drogue après une lésion cérébrale

Traduction libre de Lemsy, C., Chisven, H., Godden, T., James, D., Schwalb, J., Kaufman, P., & Greer, K. (2005). Substance Use and Brain Injury Client Workbook.. Repéré à <https://www.brainline.org/sites/default/files/SUBIClientWorkbook.pdf>

1. Vous augmentez les risques de faire un autre traumatisme craniocérébral (TCC). Après un premier TCC, vos risques d'en subir un autre sont trois fois plus grands, en raison des changements dans votre jugement, votre équilibre et votre coordination. L'alcool et les drogues ne font qu'aggraver ces difficultés.



2. Vous risquez de garder plus de séquelles de votre accident, puisque l'alcool et les drogues empêchent votre cerveau de bien récupérer.



3. L'alcool et les drogues empirent les problèmes d'équilibre, de marche et de parole. Vous êtes plus à risque de tomber et d'avoir de la difficulté à parler si vous consommez.



4. Le fait de consommer de l'alcool ou des drogues augmente les risques de faire des crises d'épilepsie. Ces crises sont sérieuses et peuvent causer encore plus de dommages à votre cerveau.



5. Vous risquez d'être plus impulsif et désinhibé. L'alcool et les drogues vous empêchent de bien réfléchir avant d'agir ou de parler. Ceci peut affecter vos relations avec vos amis et vos proches.



6. Le TCC occasionne fréquemment des problèmes de mémoire, d'attention et de concentration. L'alcool et les drogues empirent ces difficultés.



7. Votre consommation aura des effets plus rapides et plus puissants sur vous, puisque votre cerveau y est plus sensible.



8. Les symptômes dépressifs sont fréquents après un TCC. La consommation d'alcool et de drogue amplifie le fait de vous sentir déprimer.

