

# ポケット SCAT2



FIFA®



以下の症状（頭痛など）や全身的な徴候（歩行の不安定性など）、脳機能の障害（混乱など）、異常行動の**どれか一つでも**あるときには、脳震盪を疑うべきである。

## 1. 症 状

以下の徴候や症状のうちどれかが見られるときには、脳震盪の疑いがある。

- 意識消失
- 痙攣発作、ひきつけがある
- 健忘症
- 頭 痛
- 頭部圧迫感
- 頸部痛
- 吐き気や嘔吐
- めまい
- ものが霞んで見える
- バランスが悪い
- 光に過敏
- 音に敏感
- すばやく動けない感じ
- 霧の中にいる感じ
- “気分が良くない”
- 集中力がない
- 思い出せない
- 疲れている、活力がない
- 混乱している
- 眠くなりやすい
- いつもより感情的
- 怒りやすい
- 悲しい
- 神経質、不安感がある

## 2. 記憶力

全ての質問に正しく答えられなければ、脳震盪の疑いがある。

“ここはどこ（の競技場）ですか”

“今は前半後半どちらですか”

“最後に得点したのは誰ですか”

“最後の対戦相手は”

“最後の試合は勝ちましたか”

## 3. バランステスト

### 直列立ち

“非利き足を後ろにし、そのつま先と反対側の足の踵を接して一直線上に並べて立ってください。体重を両足に均等にかけるようにしてください。手を腰から離さず、目を閉じたままで20秒間、安定性を維持するようにしてください。あなたがその姿勢から動いた数を数えます。もしその位置から、よろめいて動いてしまったら、目を開けて初めの位置に戻ってバランスを取り続けてください。あなたが位置につき、目を閉じたら開始します。”

20秒間選手を観察します。もし6回以上エラー（手が腰から離れる、目を開ける、つま先と踵が離れる、歩く、よろめく、転ぶ、5秒間以上開始の位置から離れたままになる、など）があったら、脳震盪の症状かもしれません。

**脳震盪が疑われる選手は、直ちに競技を中断させ、急いで医学的評価を受けさせるべきであり、一人きりにしたり、自動車の運転をさせたりすべきではない**