

**ANNEXE XIV**  
**RÈGLEMENT MÉDICAL**  
**DE LA F.F.R.**

**ANNEXE 4 – COMMOTION CEREBRALE  
DANS LES COMPETITIONS FEDERALES ET REGIONALES**

**1 – RAPPEL DE LA REGLE 3.22 DE WORLD RUGBY (EXTRAITS)**

Un joueur est considéré blessé si l'arbitre décide (avec ou sans un avis médical) qu'il serait déconseillé au joueur de continuer. L'arbitre ordonne à ce joueur de quitter l'aire de jeu.

L'arbitre peut également ordonner qu'un joueur blessé quitte l'aire de jeu pour subir un examen médical.

**2 – SIGNALEMENT EN COURS DE MATCH (COMPETITIONS FEDERALES ET REGIONALES) :**

Lorsque l'arbitre détecte un(des) signe(s) évident(s) de commotion cérébrale ou suspecte une commotion cérébrale, il le signale en montrant un carton bleu. Le carton bleu a pour effet d'entraîner la sortie définitive du joueur concerné de l'aire de jeu.

Tout officiel de match peut porter à la connaissance de l'arbitre un(des) signe(s) évident(s) de commotion cérébrale ou une suspicion de commotion cérébrale.

L'encadrement technique qui détecte un(des) signe(s) évident(s) de commotion cérébrale ou qui suspecte une commotion cérébrale peut également décider de sortir définitivement le joueur concerné de l'aire de jeu.

En toute hypothèse, à compter du lendemain de la rencontre, le joueur concerné doit obligatoirement suivre le programme de reprise du jeu suivant (RPDJ), selon son âge :

| <b>Phase de réhabilitation</b><br><i>Le joueur / la joueuse ne peut passer à la phase suivante sur si il/elle n'a plus de symptômes</i> |                                                                                                                                                                             | <b>Moins de 19 ans</b> | <b>Plus de 19 ans</b>  |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|------------------------|
| PHASE 1                                                                                                                                 | Activités quotidiennes qui ne provoquent pas de symptômes                                                                                                                   | Minimum 24h            | Minimum 24h            |
| PHASE 2                                                                                                                                 | Exercices aérobics légers : activités guidées par les symptômes d'intensité faible à modérée comme jogging léger, la natation ou le vélo d'appartement                      | Minimum 24h            | Minimum 24h            |
| PHASE 3                                                                                                                                 | Exercices spécifiques : exercices de course, activités sans risque d'impact à la tête                                                                                       | Minimum 24h            | Minimum 24h            |
| <i>Le joueur ou la joueuse ne peut pas débiter la phase 4 si il/elle n'a pas repris l'école ou le travail</i>                           |                                                                                                                                                                             |                        |                        |
| PHASE 4                                                                                                                                 | Entraînement sans contact : progression vers des exercices d'entraînement plus complexes, par exemple passer/attraper le ballon ou des exercices de résistances progressifs | Minimum 24h            | Minimum 24h            |
| PHASE 5                                                                                                                                 | Entraînement avec contact complet : après autorisation médicale                                                                                                             | 18 <sup>ème</sup> jour | 11 <sup>ème</sup> jour |
| PHASE 6                                                                                                                                 | RETOUR AU JEU                                                                                                                                                               | Minimum 24h            | Minimum 24h            |

En un coup d'œil :

|                                                                                                                                     | <b>Moins de 19 ans</b> | <b>Plus de 19 ans</b>   |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------|-------------------------|
| Le joueur ou la joueuse recommence l'entraînement sans contact (si il/elle n'a aucun symptôme) au plus tôt le                       | 4 <sup>ème</sup> jour  | 4 <sup>ème</sup> jour   |
| Le joueur ou la joueuse recommence l'entraînement avec contact (si il/elle n'a aucun symptôme et après avis médical) au plus tôt le | 18 <sup>ème</sup> jour | 11 <sup>ème</sup> jour  |
| S'il ou elle n'a pas présenté de commotion dans les 12 derniers mois, le joueur ou la joueuse reprend le jeu au plus tôt après le   | 23 <sup>ème</sup> jour | 21 <sup>ème</sup> jour* |
| S'il ou elle a présenté une commotion dans les 12 derniers mois, le joueur ou joueuse reprend au plus tôt après le                  | 42 <sup>ème</sup> jour | 21 <sup>ème</sup> jour  |

|                                                                                                                      |                         |                        |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------|
| S'il ou elle a présenté deux commotions dans les 12 derniers mois, le joueur ou joueuse reprend au plus tôt après le | 180 <sup>ème</sup> jour | 90 <sup>ème</sup> jour |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|------------------------|

**\* Dans les compétitions Nationale et Elite 1 féminine, le joueur ou la joueuse pourra reprendre le jeu à compter du 12<sup>ème</sup> jour sous réserve que :**

- **Un médecin disposant du niveau 2 du cours « Soins immédiats au rugby » (ICIR) de World Rugby soit présent le jour de la rencontre (sur le banc de touche de l'une des deux équipes ou en qualité de médecin de match) ;**
- **Le joueur ou la joueuse ait consulté un médecin spécialiste de la commotion cérébrale (liste des spécialistes par région : <https://www.ffr.fr/medical>) pour éliminer tous les signes persistants de commotion.**

Dans l'hypothèse d'une troisième commotion et s'il s'estime fondé, le joueur peut, par l'intermédiaire de son médecin, transmettre au médecin expert en commotion cérébrale de la Ligue régionale dont il relève, une demande de révision de la mesure ainsi appliquée, accompagnée de tout élément médical permettant de justifier qu'il n'aurait pas subi de troisième commotion cérébrale dans ce délai. Le médecin expert de la Ligue régionale peut décider, le cas échéant après avoir sollicité l'avis d'autres experts, que le joueur est apte à reprendre la pratique du rugby.

La reprise de l'entraînement avec contact, et a fortiori du jeu, n'est admise qu'au terme du délai réglementaire de repos et à condition que le joueur concerné ait reçu, après avoir dûment suivi le programme RPDJ, un avis favorable délivré par un médecin. Si les symptômes persistent, le joueur ou la joueuse présente une contre-indication à la pratique du rugby. Dans cette hypothèse, un avis d'un spécialiste est recommandé.

Par ailleurs, un avis neurologique favorable avec établissement d'un certificat médical de non contre-indication à la pratique du rugby en compétition délivré par un médecin spécialisé est obligatoire, pour tout joueur âgé de moins de 19 ans ayant subi 2 commotions cérébrales lors des 12 derniers mois et pour tout joueur âgé de 19 ans et plus ayant subi 3 commotions cérébrales lors des 12 derniers mois.

(...)