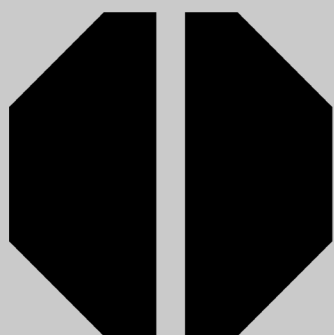


TSI KANIATARÍ:IO AOKORÁHSERA

IAKONONHWARAKAREWÁHTON AORIHWÀ:KE IERIHWISÁKSTHA



**ROWAN'S
LAW**

KARONWARÀ:KE KAHIATONHSERANENTÁKTON: 11-14 NA'TEHONOHSERIIÀ:KON

Ontario 



Rowan Stringer

ROWAN'S LAW

Kí:ken karonwarà:ke kahiatonhseranentá:kon ne aorihwà:ke ne Rowan's Law iakononhwarakarewáhton aie'nikòn:raren iontstahkwa'shón:'a kahiatonhserarò:ron. Rowan's Law wa'akohsén:nahkwe ne Rowan Stringer, ionhthenno'tsherenhá:wis tsi ionteweienhstáhkwa Tsi Kanà:tsio nón:we, né:ne iakawenhé:ion kanenna'kè:ne 2013 shiihserò:ten né:ne "second impact syndrome" na'akoià:tawen (ón:tohwe ne akonòn:wara iakononhwarakarewáhton takarihón:ni ohén:ton tsi niió:re ó:ia iakokarewáhton saieie'wén:ta'ne). Thonehtáhkwen tsi Rowan áhsen nónteratste iakononhwarakarewáhton tsi nikari:wes ne ià:ia'k niwenhniserá:ke tsi náhe ionhthenno'tsherenhá:wis teionthénno. Iakononhwarakarewáhton:ne, nek tsi iah teiakoterièn:tarahkwe tsi akonòn:wara teiotonhwentsióhon aionaktó:take aonsakaie'wén:ta'ne. Ne ò:ni ne ronwatién:'a, rotirihonnién:ni tóka'ni iontateweienhstén:nis.

Ne kí:ken kahiatónhsera iah tekanién:te aesa'nikòn:ron ne sata'karitétsheera aorihwà:ke. Ne aiesa'nikòn:ron tsi ní:ioht tahsatáthsnie'ne tóka' sanonhwarakarewáhton sattó:ka's, she'nikonhri:sak ne iakotsináhken tóka'ni teiakóhsnie.

Tóka' iah thaesakaré:wahte, né'e ensaié:nawa'se tsi nihsónnhes aesaia'tahkariíohake. Ótia'ke ne kakarewahtà:tshera watié:sen ahsatkáthto táhnon ahsatétsien'te, oh káti ne sanontsístakon kakarewahtà:tshera? Iah tiótkon tewè:ne táhnon iah teiό:ken atstè:shon tóka' wa'ontenonhwarakaré:wahte. laweronhátie tsi iah thaón:ton ronatia'kéhshon ahati:ken tsi sanonhwarakarewáhton, shé:kon enhsáttoke tsi nesaia:tawen táhnon tesatonhwentsió:ni aiesátsien'te aonsahsie'wén:ta'ne.

Ne kí:ken kahiatónhsera ensaié:nawa'se sénha ahseweientéhta'ne ne iakononhwarakarewáhton aorihwà:ke, ne káti enwá:ton aesaia'tahkariíohake táhnon aesatia'tanonhstá:tonke.



NAHÒ:TEN NÉ:'E NE IAKONONHWARAKAREWÁHTON?



Iakononhwarakarewáhton né:'e kén:ton tsi akonòn:wara iakokarewáhton. lah thaón:ton aontkáhtho ne X-ray, tóka'ni ne ó:ia iontetsièn:tha iontstáhkwa kwah né:ne CT kaka'eniónstha tóka'ni ne MRI. Tóka' sanonhwarakarewáhton né:'e nensari:wawen tsi ní:ioht tsi sanonhtónnions, sattó:ka's táhnon tsi nisatiérha.

Enwá:ton aiakononhwarakarewáhton tóka' ienon'tsi:ne, iekónhshne tóka'ni ieniarà:ke aiakokòn:reke. Enwá:ton aiakononhwarakarewáhton ò:ni tóka' ieia'tà:ke aiakokòn:reke tsi nika'shátste akonòn:wara wa'orià:neron akonontsistakon. Karihwaráhston kí:ken ne tóka' ienon'tsi:ne wa'akokòn:reke ne aithén:no tóka'ni ka'shátste wa'eia'taién:ta'ne ohswen'karà:ke.

Teioterien'thá:ra né:'e tóka' iakononhwarakarewáhton. lotkà:te ken'nikarihwéhsha ok niiakori:wawen's tóka' iakononhwarakarewáhton, nek tsi enwá:ton kari:wes Aionttokhà:sheke táhnon kari:wes neniakori:wawen, kwah né:ne aiakentó:ra'se aonsaiakehià:ra'ne tóka'ni iako'nikonhrèn:ton.



TAIÉ:TAHSTE TSI AIAKONONHWARAKAREWÁHTON

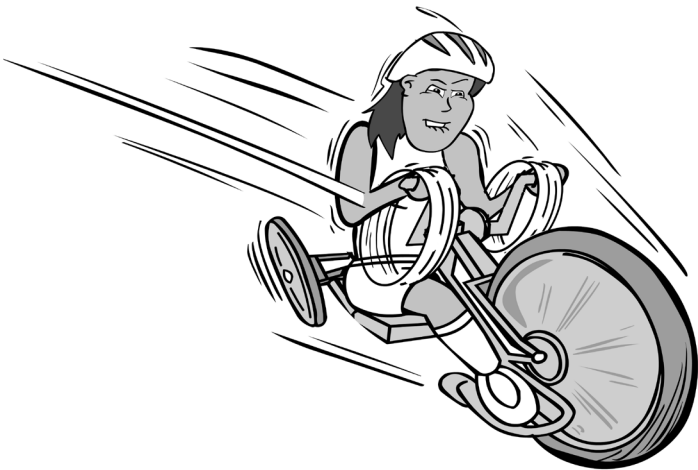
Tiotierénhton, sataterihónnien ne iakononhwarakarewáhton aorihwà:ke.

E'thóhtsi ò:ni:

- Serihwahní:rat tsi ioiánere tsi ioiό'te
ne sá:wen iontstáhkwa;
- Serihwahní:rat tsi iekaié:ri tsi
ioienawà:kon ne sá:wen iontstáhkwa;
- Serihwakwénienhst ne
kaianerenhserá:ien tahsatkén:ni;
- Serihwáhsere ne sentióhkwa/
sateweienhstáhkwa
aoianerenhsera'shón:'a ne
iakononhwarakarewáhton aorihwà:ke;
táhnnon



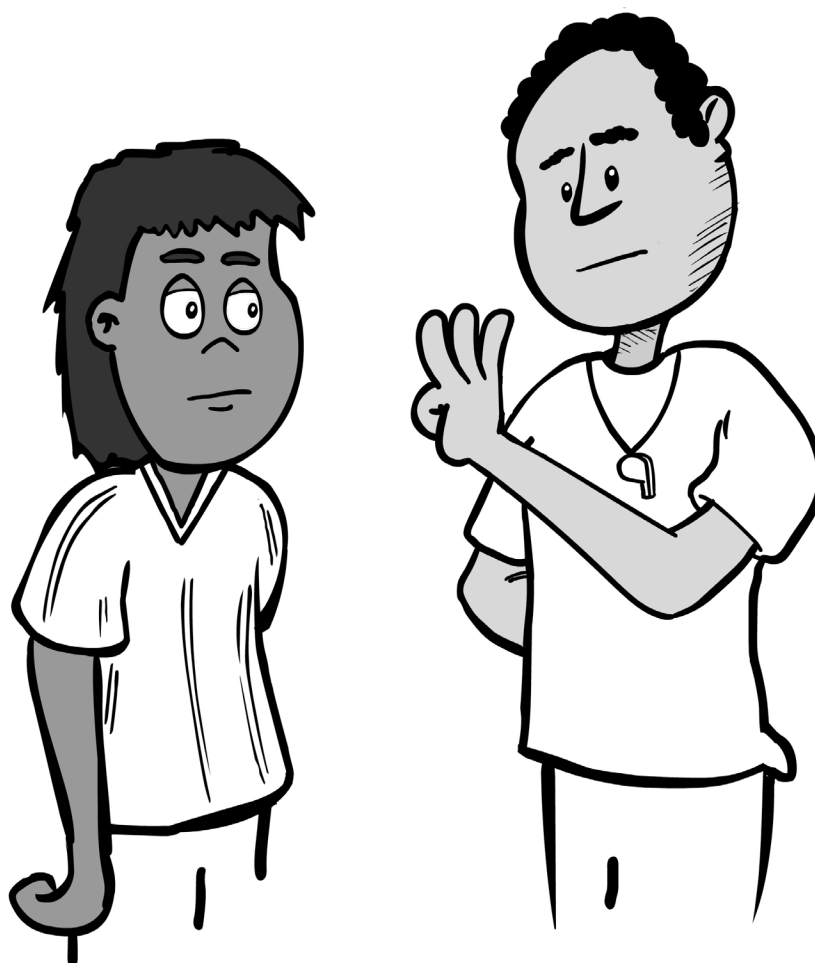
- Tóka' ónhka iakokarewáhton,
shehró:ri ionkwe'towá:nen
né:ne sheniahè:sas, kwah né:ne
iesaién:'a, iesaweienhstén:ni tóka'ni
iesarihonnién:ni. Sa'nikonhraién:ta'n
tsi niiorihowá:nen ahserihwakará:tate
ne káti tahsahkwatá:sehte tsi
ate'shén:na tesatká:nere sénha
aesakaré:wahte.



IEIÉN:TERE'S TSI IAKONONHWARAKAREWÁHTON

▶ HIT. STOP. SIT.

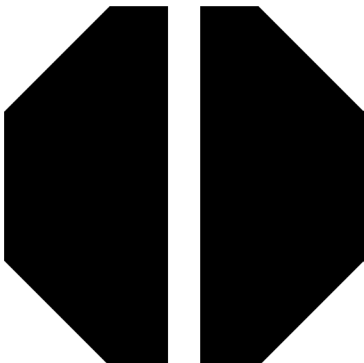
Tóka' sanonhwarakarewáhton ta'nón:wa né:'e nesaià:tawen ne énska tóka'ni sénha é:so niwatena'tón:ni ehtà:ke karò:ron. Ta'nón:wa óksa enwatena'tónhahse tóka'ni tóhkara nenkahwistá:'eke, tóhkara niwenhniserá:ke, iotohétston. Nek ne énska watena'tón:ni enkakwé:ni ne aionnonhtónnion tsi iakononhwarakarewáhton. Thóha akwé:kon né:ne rotinonhwarakarewáhton **iah** tehoti'nikonhráhton's.



Watena'tón:nis táhnon tsi niiakoià:tawen's nó:nen iakononhwarakarewáhton:

TSI IEIA'TÀ:KE:

- lakonontsistanòn:waks
- leiò:reks akonontsistakon
- lakotsinonhwaténies
- lakohsiahonhtanòn:waks tóka'ni
tetiontstikánions
- la'teiakokahrià:kon
- lako'nikonrhárha ne oháhsera tóka'ni
iorakaré:ni
- lohwestakarè:re ne ionhónhsakon
- lakentorà:se tsi
teiontia'takarenhráhstha
- Teiakohwihshenhé:ion tóka'ni
teiakohwihshénhton
- lakoserénhtara's
- "lah tetkaié:ri tsi niwakonnhò:ten"



TSI NIIAKONNHÒ:TEN:

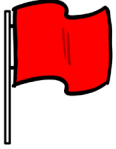
- lakoterihonkóhtani (watiesà:ke
aontaie'nikòn:ren'ne tóka'ni aiakonà:khwen)
- lako'nikonhrèn:ton
- lako'nikonhráksen
- Tiakoton'néksko táhnon iakotetshahnihtén:nis

TSI IONNONHTÓNIONS:

- lah iottakwarihsion teionnonhtónnions
- Skennén:'a ionnonhtónnions
- Teiako'nikonhrawénrie
- lakentorà:se aionnonhtonnión:ko
- lakentorà:se aonsaiakehià:ra'ne

TSI IAKÓ:TA'S AORIHWÀ:KE:

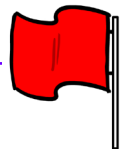
- Sénha tóka'ni ká:ro niiotkà:te
iakó:ta's ne ens ní:ioht
- lakentorà:se aiakó:ta'we



ONEKWÉNHTARA KANIÀ:TAROTE

“Onekwénhtara kanià:tarote” né:'e kén:ton tsi sénha teioterien'thá:ra tsi iakokarewáhton. Iorihwáktste karihwà:reks ne onekwénhtara kanià:tarote, ia'satewennáta ne g11.

- Iakoniaranòn:waks tóka'ni iohkará:rens
- Teiohnà:ne tsi iontkáhtos
- Iotsi'ió:ha tóka'ni iorónhkwani teienentshá:ke tóka'ni teiehsiná:ke
- Teiotenonhianíhton tóka'ni ieiò:reks tsi iakonontsistanòn:waks
- Thitiakotihenthónkwas tóka'ni iakosená:karasks
- Iako'nikonhráhton's
- Iontstikánions
- Sénha taiotka'tátie tsi iah teiontorihshentátie, iakothswà:tani tóka'ni iakorihwaneká:ron
- Sénha táhnon sénha teiakoni'tonniennihátie

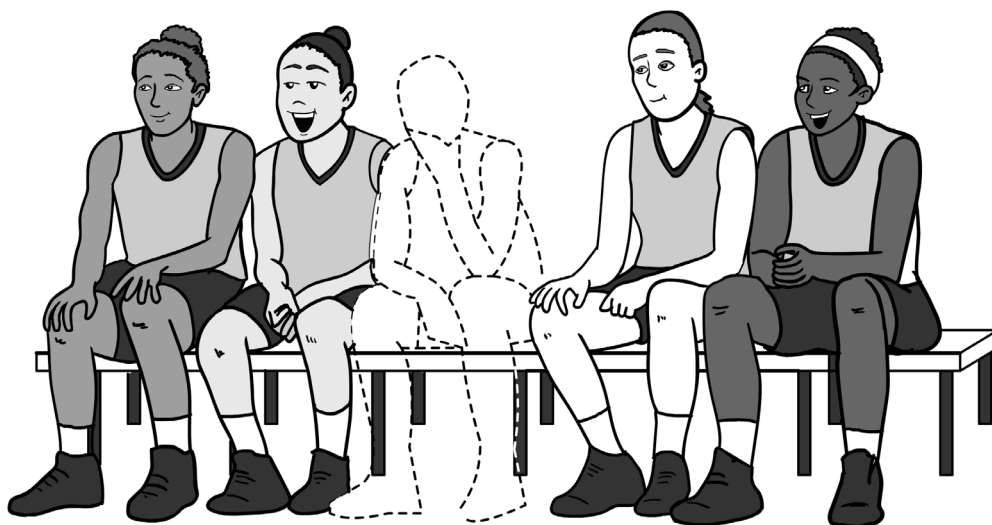


OH NENHSÁTIERE NÓN:WA?

Tóka' ónhte ihsehre tsi sanonhwarakarewáhton, tésta'n tsi nisatiérha kwah óksa'k. Shehró:ri tsi nisonnhò:ten ne iesaién:'a, iesaweienhstén:ni, iesarihonnién:ni tóka'ni ó:ia né:ne sheniahè:sas ionkwe'towá:nen. Tóka' iah tésene's ne iesaién:'a, tóka'ni iesanónnha, sheriHón:ten ónhka aiontatewennáta'ahse ne aiesanónkhsa. E'thóhtsi tóhsa sonhá:'ok ahsè:seke.

Shekwáhtho ne iakotsináhken tóka'ni teiakóhsnie tsi niiohsnó:re tsi enhskwé:ni. E'thóhtsi tóhsa taonsahsatkenniónha tsi niió:re aiesarihon ne iakotsináhkon iaweronhátié tóka' énhsehre'k tsi enhskwé:ni.

Tóka' ne tsiatén:ro, tsiateweiénhstha, tóka'ni tetsiatkénnies aiesahró:ri tsi ionttó:ka's, tóka'ni enhsáttoke watena'tón:nis tsi ta'nón:wa iakononhwarakarewáhton, shehró:ri ionkwe'towá:nen sheniahè:sas ne káti enwá:ton aiesaia'takéhnha.



SAIAKOIE'WENTA' ONHÁTIE

Thóha akwé:kon né:ne
ronanonhwarakarewáhton énska
tóka'ni kaié:ri nensewentén:ta'ne
enhonatié:nawahste aonsahatié:wén:ta'ne.
Ótia'ke ne ón:kwe sénha
kari:wes ronatenawáhstha.
Akwé:kon na'tekonttihanion tsi
ronanonhwarakarewáhton. Tóhsa
tesate'nién:tenhst tsi ní:ioht tsi
sehsie'wén:ta's táhnon ne ónhka'k
ó:ia, tóka'ni ne ó:ia shikahá:wi
sanonhwarakarewáhton:ne.

Enwá:ton kari:wes naiakoià:tawen tóka'
iakononhwarakarewáhton. Ta'nón:wa
nia'té:kon aiónttoke, kwah né:ne
iakonontsistanón:waks, iakoniaranón:waks
tóka'ni iakentorà:se aiontkáthto,
táhnnon ta'nón:wa wenhni'taténion
tóka'ni iohseraténion eniotié:nawahste.
Ótia'ke ta'nón:wa ok nahò:ten
teiotténion raonanonhwará:kon né:ne
aontakarihón:ni tsi tsiako'nikonhrhèn:sko,
iakentorà:se aionnonhtonnión:ko tóka'ni
iako'nikonhrèn:ton. Wa'kèn:re tsi níiá:wén's,
ionkwè:tate né:ne tóhkara nónteratste
iakononhwarakarewáhton táhnnon iah
tetsiakoie'wentá:'on tsi na'tekiátare
ta'nón:wa aón:tohwe ne akononhwará:kon,
“second impact syndrome” ratina'tónhkwa,
né:ne ta'nón:wa aontakarihón:ni tsi iah
thietsieia'taié:ri tóka'ni iakawenhé:ion.

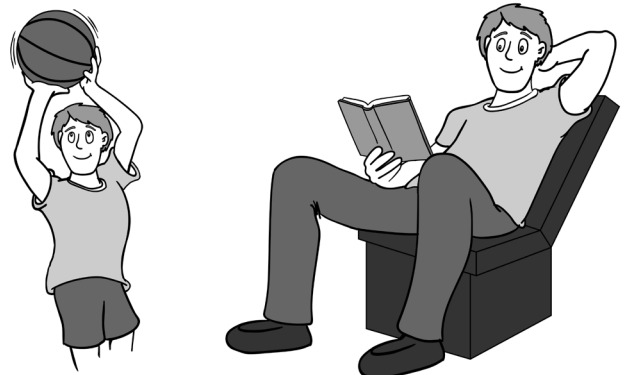
Tsi náhe sehsie'wén:ta's, e'thóhtsi

tóhsa othé:nen náhsiere né:ne sénha
enkahétkenhte tsi nahò:ten ó:nen
sattó:ka's. Ne kí:ken ta'nón:wa akén:ton
aontahsón'neke ok nisatiérha kwah né:ne
satia'tahkarióhstha, saio'ténhsera tsi
sateweiénhstha, teiehtharáhkwa sátstha
tóka'ni tkaia'tárha.

Teiotonhwentsiówon aionte'nikonhrí:iohste
ne káti aonsaieie'wén:ta'ne. Sewatié:rens
wentó:re ahsaterhá:rate nek tsi tóka'
taesahsterihen aonsahsatahsónteren
tsi nisatiérhahkwe, né'e entkarihón:ni
tsi sénha enkahétkenhte ne nahò:ten
sattó:ka's táhnnon sénha enkari:wetste
aonsahsie'wén:ta'ne.

Tóka' sanonhwarakarewáhton, shehró:ri
iesaién:'a, tehontkénies kanèn:ra,
ionteweienhstáhkwa rotiió'ténion,
iesaweienhstén:ni táhnnon iesarihonnién:ni.

Táhnnon sasehià:rak, tóka' aiontahsónteren
tsi ionteweienhstha sénha iorihowá:nen tsi
ní:ioht ne taonsaiontkén:ni.

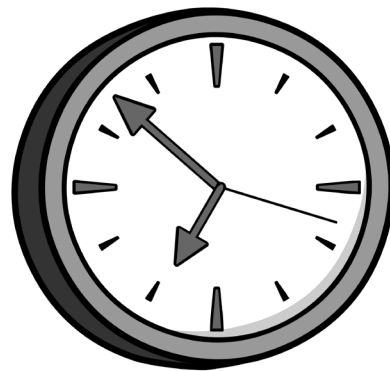


AIONTAHSÓNTEREN TSI IONTEWEIÉNHSTHA TÁHNON TEIONTKÉNNIES

Tóka' iakotsináhken tóka'ni
teiakóhsnie iakorihwénhton
tsi sanonhwarakarewáhton,
tká:konte ahserihwáhsere
nahò:ten rotianerenhserá:ien
ne raotinèn:ra tsi tehontkénnies
tóka'ni tsi ionteweienhstáhkwa
rotianerenhserá:ien. Ne
kaianerenhserá:ien taonsaiontkén:ni
né:'e kaianerenhserarò:ron tká:konte
ahserihwáhsere ohén:ton tsi niió:re
taonsahsatkén:ni. Tká:konte
tóhsa taontahsatáhsawen
ahsatateweiénhsten, ahsatéweiénhste,
tóka'ni tahsatkén:ni tsi niió:re
iakotsináhken tóka'ni teiakóhsnie
eniesarihon eh náhsiere.

E'thóhtsi taesewaié:na ne
ata'karitétshera rotiió'ténion
táhnnon tehontkénnies kanèn:ra/
ionteweienhstáhkwa ne
aesewakwatá:ko aesewarihwahserón:ni
ne ahsatahsónteren tsi tesatkénnies
táhnnon tsi sateweiénhstha.
Sheiatewennáta'ahs ne
ionteweienhstáhkwa ne sénha
aesató:kenhse.

Aonsahsateweiénsta'na,
aonsahsátswa'te ne ki ne' í:tsher
tsi nikarihò:ten ne tetsá:ron.
Skátne tiotáhsawen tánon
ne shá:ka tsi nénhshiere.



Ne kaienterítston ehtà:ke karáhston ne karò:ron tsi niiontierà:ne táhnon tsi nihontíerha né:ne iotkà'tátie wátston ne tetsiontkenniónhe kaianerenhserá:ien táhnon tsionteweienhstà:ne karihwahserón:ni.

Kahiatón:nion: Tsi Neniawénhseron tsi lensatahsón:teren Ensehsatswa'te

Tsi Neniawen'ne	Ahatoriáhneron	Tsi Nénhshiere	Tsi Nahò:ten Tesó:ien
1	Tsi ní:ioht tsi ensatoriá:neron tánon enhsatori:shen (entewatié:renhte 24-48 nenkahwistá:e'ke)	Tsi ní:ioht tsi enhsatoriá:neron ne sanónhskon tòhsa sénha aonhétken'ne í:si' nónwe ne nek nohstón:'a tánon nikarihwésha Tasa'seró:nenht thénon ahsateró:roke	Kwah ehskenenahshón:'a tontasatáhsawen tsi ní:ioht tsi satoriá:neronskwe
2	Nékne ohstón:'a thó:ne níiorihwá:'a sénha tesatia'tahshará:nie	Tesate'khahakwá:na tóka ní' kanónhskon káien té:keni teiokahkwén:tonti niaréhkwe ehskenén:'a sok sénha iohstó:ren' Tóka' nónwa iah teiókste tsi enshonwarihón:nien (tóka' enwá:ton)	lo'shatsten tsi tesonriákhwa
3	Tsi nahò:ten satswátha ne tahontkén:ni, tòhsa aiotterón:ton aesanontsistakaré:wahte	Sonhá:a'k tsi tenhsatia'tahshará:nie (tòhsa skátne ronatia'ke) tsi nónwa ní:ioht ne tasaráhtate, watié:sen ahsatia'tahkari:ioste Tòhsa iesatiátaient tóka ní' thénon taiaón:ko senontsi:ne	Sénha í:si' nónwe na'satoriahnerón:ko tánon néne iah teiótteron tsi satswa't ne teiontkén:nie's
4	Iah ne tahontatiá:taienhte sasatéweienst tahsatie'tahshará:nie	Nónen ratétsen'ts tóka ní' tewatsnie eniesahró:ri ónen iah thénon tetsótieren Sénha kí' ónen enwáton tenhsatia'tahshará:nie tánon ensehsatéweienste aonsahsátswa'te skátne ne ronatia'ke Iah ne aiesatiá:taienhte	Ia'satahsón:teron tsi nitiótte tsi satia'tahkariióstha, saten'nikón:raren tsi satoriá:nerons, tánon sanonhtonniónko tsi nenhshiere
5	Iah thataesatáhste tsi nénhshiere	Iah thataesatáhste tsi nénhshiere - aiesatiataienhte	Sasatoriahnerón:ko ronhátien aiotterónhton ashia'tié:nen'ne tóka ní' aiesatiá:taienhte, tontasehtahkw tsi sakwé:nion tánon tetsa'tó:reht tsi ní:ioht tsi sakwé:nion
6	Sasátswa't ónen ne teiontkén:nies	Iah thénon tha'taesatáhste ahsátswa'te tóka ní' tahsatkén:ni	

Tiótkon teiotonhwentsióhon iakotsináhken aiontaterihon ohén:ton tsi níiú:re enwá:ton ne teiontkénnies aonsaiontéweienhste, aiontateweiénhsten tóka'ni taiontkén:ni.

Sherihwanón:tonhs ne sá:wen tehontkénnies kentióhkwa táhnon ionteweienhstáhkwa aiesahró:ri tsi kaio'tenhserá:ien áthseré.

Akwé:kon tsi nénhshier ará:na 24 nenkahwistá:eke áhtsha. Ónen ki' enwá:ton ne óia' nahò:ten sakwé:nion. Ótia'ke tsi nénhshiere énhsehre sénha onhetkén'ne. Kwah se' étho niiá:wens tánon iah thénon teiotié:ren. Nék tsi tóka' sénha enwahétken'ne í:si' nónwe ne énska enkahwistá:e'ke, satorí:shen tánon tsi ientsohrhen'ne sasate'nién:ten.

Nónen eniesahró:ri ne ratétsen'ts tóka ni' tewátsnie enwá:ton ensehsátswa'te, iah ki' tha'taontá:we tsi ne saiá:tawen. Tóka' tentewatáhsawen tsi nónwe ne (3) ahsénhaton ionsá:se ne ratetséntsne tóka ni' tewátsnie, aonsaiesátken'se.

Tóka' iah thaonsaioiá:neren'ne, tóka ni' sénha enwahétken'ne, ionsá:se ne ratetséntsne tóka ni' tewátsnie.



TSIAKAWEHIAHRAHKWÉN:NI

Iorihowá:nen ahsatatia'tanonhstátsheke nó:nen tesatkénnies. Nó:nen iakononhwarakarewáhton aorihwà:ke niiá:wen's, sasehià:rak:

1. **Tsién:tere'n watena'tón:ni táhnon ionttó:ka's tsi iakononhwarakarewáhton táhnon tésta'n** tsi nihsierha kwah óksa'k, iaweronhátié tóka' ihsehre tsi sakwenionhátié. Shehró:ri ionkwe'towá:nen.
2. **Tó: iesaka'én:ion** ne iakotsináhken tóka'ni teiakóhsnie.
3. **Skennén:'a satahsónteren** tsi sateweieñhstha táhnon tesatkénnies.



Kí: ká:ien shakotienawá:se ká:ien aiesahró:ri ne:

Parachute. *Canadian Guideline on Concussion in Sport, 2nd edition*. www.parachute.ca/guideline;

Patricios, J., et al. *Consensus statement on concussion in sport: the 6th International Conference on Concussion in Sport-Amsterdam, October 2022*. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2023-106898>;

Zemek, R., Reed, N., Dawson, J., et al. *Living Guideline for Pediatric Concussion*. www.pedsconcussion.com