



BEDFORD CENTRAL SCHOOL DISTRICT

School Health Services

THE FOX LANE CAMPUS, P.O. BOX 180
MOUNT KISCO, NEW YORK 10549
914-241-6000

Dr. Joel Adelberg
Superintendent of Schools

Dr. Louis Corsaro
Medical Director

Return to Academics - K - 12 Concussion Guidelines

Student Name: Date of Injury:

Provider's Signature: Date of Exam:

This student has been diagnosed with a concussion on and is currently under our care. We suggest the following recommendations be implemented to avoid increasing concussion symptoms and delaying recovery.

Current Symptom List (Student's complaints as of today, please circle all that apply)

- Headache
- Balance problems
- Trouble focusing
- Feeling slowed down
- Sensitivities to noise
- Fatigue with or without cognitive functioning
- Difficulty concentrating
- Decreased sleep
- Increased sleep
- Difficulty remembering
- Difficulty concentrating
- Sensitivity to light
- Visual problems
- Dizziness
- Trouble falling asleep
- Feeling more emotional
- Nausea
- Irritability
- Drowsiness

Please allow the following academic recommendations from through

Attendance

- No school for days.
- Partial attendance at school.
- Full school as tolerated.

Breaks

- Allow student to go to the nurses' office or rest if symptoms increase.
- Allow student to go home, if symptoms do not subside after resting for 15-20 minutes.

Visual Symptoms

- Pre-printed notes or note taker.
- Avoid smart boards, projectors, computers, TV screen or bright screens.
- Enlarge font when possible.

Audio Stimulus

- Allow student to leave class 5 minutes early to avoid noisy hallways.
- Lunch in a quiet area.
- Audible learning (books on tape, reading out loud, discussions, text to speech).
- No music/choir/band class

Workload/Multi-Tasking

- No homework.
- Reduce overall amount of make-up work, classwork, and homework when possible.
- Limit homework to minutes a night (total for all subjects)
- Eliminate non-essential make-up work.
- Excuse from homework if unable to complete, due to increased concussion symptoms.

Testing

- Extra time to complete tests
- No more than one test per day.
- Oral testing.
- Open book testing.
- Multiple choice testing
- Testing in a quiet environment.
- Modify content of tests when possible.
- No physical exertion/P.E.

Physical Exertion

- Quiet activity during recess.
- Begin return to play protocol prior to returning to P.E. and Intramurals.

Additional Recommendations:

.....
.....

Physician's Stamp:.....



BEDFORD CENTRAL SCHOOL DISTRICT

School Health Services

THE FOX LANE CAMPUS, P.O. BOX 180
MOUNT KISCO, NEW YORK 10549
914-241-6000

Dr. Joel Adelberg
Superintendent of Schools

Dr. Louis Corsaro
Medical Director

Regreso al Estudio: Pautas de Conmoción Cerebral K - 12

Nombre de estudiante: Fecha de lesión:

Firma del médico: Fecha del examen:

Este estudiante ha sido diagnosticado con una conmoción cerebral el y actualmente está bajo nuestro cuidado. Sugerimos que se implementen las siguientes recomendaciones para evitar aumentar los síntomas de conmoción cerebral y retrasar la recuperación.

Lista de síntomas actuales (las quejas de los estudiantes a partir de hoy, marque todas las que correspondan)

- Dolor de cabeza
- Náusea
- Problemas de equilibrio
- Dificultad para enfocarse
- Sensación de lentitud
- Sensibilidad al ruido
- Fatiga con o sin funcionamiento cognitivo
- Dificultad para concentrarse
- Disminución del sueño
- Aumento del sueño
- Dificultad para recordar
- Dificultad para concentrarse
- Sensibilidad a la luz
- Problemas visuales
- Mareo
- Problemas para dormirse
- Irritabilidad
- Somnolencia
- Sintiendo más emocional

Por favor permita las siguientes recomendaciones académicas desde Permita que el estudiante vaya a la oficina de enfermería o descanse si los síntomas aumentan. .. hasta

Asistencia

- No escuela por días.
- Asistencia parcial a la escuela.
- Escuela completa según lo tolerado.

Visuales

- Notas preimpresas o tomador de notas.
- Evitar pizarras inteligentes, proyectores, computadoras, pantallas de TV o pantallas brillantes.
- Ampliar tamaño de texto cuando sea posible.

Carga de trabajo / Multitarea

- No dar tarea
- Reducir la cantidad total de trabajo de recuperación, trabajo en clase y tarea cuando sea posible.
- Limitar la tarea a minutos por noche (total para todas las materias)
- Eliminar el trabajo de recuperación no esencial
- Excusar de la tarea si no puede completar debido al aumento de los síntomas de conmoción cerebral.

Esfuerzo Físico

- Actividad tranquila durante el recreo
- Comenzar el protocolo de regreso al juego antes de regresar a la educación física e actividades extracurriculares.

Descansos

- Permita que el estudiante vaya a la oficina de enfermería o descanse si los síntomas aumentan.
- Permita que el estudiante se vaya a casa, si los síntomas no disminuyen después de descansar **Síntomas** durante 15-20 minutos.

Estímulo de Audio

- Permita que el estudiante salga de la clase 5 minutos antes para evitar pasillos ruidosos.
- Almuerzo en una zona tranquila.
- Aprendizaje audible (libros en cinta, lectura en voz alta, debates, texto a voz)
- No clase de música / coro / banda

Exámenes

- Tiempo adicional para completar los exámenes.
- No más de un examen por día..
- Examen oral.
- Examen de libro abierto.
- Examen de opción múltiple.
- Exámenes en un ambiente tranquilo.
- Modificar el contenido de los exámenes cuando sea posible.
- No esfuerzo físico / educación física

Recomendaciones adicionales:.....
.....
.....



BEDFORD CENTRAL SCHOOL DISTRICT

School Health Services

THE FOX LANE CAMPUS, P.O. BOX 180
MOUNT KISCO, NEW YORK 10549
914-241-6000

Dr. Joel Adelberg
Superintendent of Schools

Dr. Louis Corsaro
Medical Director

Sello del médico: