

MAUX DE TÊTE MIGRAINES

Il existe une grande variété de maux de tête ou migraines. Certains sont diffus, d'autres se localisent à des endroits précis. Si on les ressent d'un seul côté, on parle de migraines. Certains sont intermittents, d'autres continus avec parfois des pointes excessives de douleurs. Certaines personnes en souffrent à des moments précis de la journée, pour d'autres, ils sont de durée variable.

LA ROUTE DU MAL

La douleur ressentie lors de maux de tête ou de migraines provient du nerf trijumeau et des trois premières racines nerveuses cervicales. Quand on a mal à la tête, ce n'est pas le cerveau qui fait mal, car le tissu cérébral n'est pas sensible.

LES CAUSES DU MAL

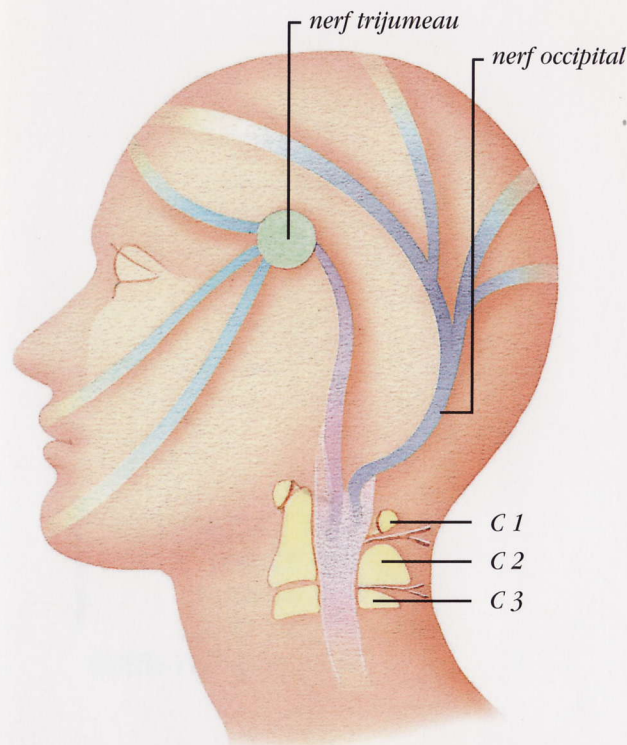
Les causes possibles des maux de tête ou migraines sont nombreuses. Ils peuvent être provoqués par une dilatation des vaisseaux sanguins, des spasmes musculaires du cuir chevelu, une irritation ou une inflammation des méninges (l'enveloppe du cerveau), une irritation ou une tension des nerfs sensitivo-sensoriels et une augmentation de la pression dans le liquide céphalo-rachidien dans lequel baignent le cerveau et la moelle épinière.

QUAND LES VOIT-ON APPARAÎTRE ?

Les maux de tête ou les migraines peuvent se manifester lors :

- d'un effort visuel prolongé (ex. : lire durant plusieurs heures);
- d'une fatigue prononcée, où on tarde à prendre du repos;
- de la consommation de certains aliments (ex. : du chocolat);
- d'un changement hormonal;
- des menstruations chez certaines femmes;
- d'un changement de concentration de certaines substances chimiques dans le système nerveux (ex. : la sérotonine);
- d'un traumatisme;
- d'anxiété;
- de stress;
- de tension.

Bien que l'on ait cru longtemps que les maux de tête ou migraines étaient d'origine musculaire, nous savons aujourd'hui qu'ils sont davantage le résultat de problèmes biomécaniques qui causent une irritation des nerfs du cou.



Quel professionnel de la santé est le mieux préparé pour traiter ce problème ?

Le chiropraticien est le professionnel de la santé le mieux préparé pour traiter tout problème lié aux systèmes nerveux et musculo-squelettique.

Si le problème n'est pas génétique ou infectieux, le chiropraticien peut intervenir, car il s'agit souvent d'une pathologie non invasive et réversible de façon naturelle, qui se soigne sans médicaments ni chirurgie.

Le chiropraticien a acquis cette compétence professionnelle au cours de ses cinq années d'études universitaires, totalisant près de 5 000 heures de cours. Il a ainsi appris à identifier les problèmes de santé au moyen de questionnaires, d'exams, de radiographies et d'analyses de laboratoire.

Pour qui veut éviter, dans la mesure du possible, les médicaments et la chirurgie, la chiropratique est un choix tout naturel.



Si vous répondez OUI à plus de trois questions, consultez votre chiropraticien en lui présentant ce questionnaire. Il pourra alors identifier la nature exacte de vos maux de tête ou de vos migraines.

- | | OUI | NON |
|--|--------------------------|--------------------------|
| 1 Avez-vous mal à la tête plus de deux fois par semaine ? | ☐ | ☐ |
| 2 Votre mal de tête se produit-il toujours du même côté ? | ☐ | ☐ |
| 3 Éprouvez-vous des maux de tête avant, pendant ou après vos menstruations ? (femme) | ☐ | ☐ |
| 4 Avez-vous mal à la tête au réveil ? | ☐ | ☐ |
| 5 Votre mal de tête dure-t-il plusieurs heures ou plusieurs jours ? | ☐ | ☐ |
| 6 D'autres membres de votre famille souffrent-ils de maux de tête ? | ☐ | ☐ |
| 7 Les muscles du cou se contractent-ils quand vous avez mal à la tête ? | ☐ | ☐ |
| 8 Ressentez-vous des douleurs pulsatives quand vous avez mal à la tête ? | ☐ | ☐ |
| 9 Vos yeux pleurent-ils quand vous avez mal à la tête ? | ☐ | ☐ |
| 10 Avez-vous mal à la tête toujours à la même période de la journée ? | ☐ | ☐ |

Si vous connaissez des personnes qui souffrent de maux de tête ou de migraines, apportez avec vous quelques dépliants et invitez-les à remplir ce questionnaire.

Conception et réalisation :
équation PLUS inc., relations publiques
Téléphone : (514) 878-9996
Télécopieur : (514) 878-4493

© Copyright - équation PLUS inc.
Dépôt légal : 2^e trimestre 1997
Bibliothèque nationale du Canada

ISBN 1-894043-05-7



Approuvé par
l'Ordre des chiropraticiens du
Québec

Dr. BENOIT COMEAU
Chiropraticien
643 Notre-Dame,
Repentigny, Qué.
J6A 2V7 - TÉL.: 450-581-2299

MAUX DE TÊTE MIGRAINES

et la chiropratique

