

# Céphalées et céphalées Médicaments de la migraine

Dr Daniel Scimeca, Maisons-Alfort (94)



Dans le langage courant de nos patients, céphalée et migraine sont volontiers confondus. Si céphalée est un terme général pour tout mal de tête, la migraine n'est pas un terme général mais correspond à une maladie bien particulière.

L'Organisation Mondiale de la Santé place la migraine au 19<sup>ème</sup> rang mondial des journées d'incapacité de travail. Mais la migraine ne représente pourtant pas la cause de céphalée la plus fréquente. C'est néanmoins celle qui a été la plus étudiée. Les autres causes de céphalées ont moins attiré l'attention des « épidémiologues ». On sait par exemple que les céphalées de tension sont la cause la plus fréquente, et de loin, dans les pays industrialisés.

On estime tout de même à 65% des hommes et 80% des femmes, ceux d'entre nous qui souffrent au moins occasionnellement de ces céphalées de tension liées au stress du quotidien. 5% de la population environ souffre de mal de tête chronique, c'est-à-dire répété, presque tous les jours et sur de longues périodes.

Les conséquences personnelles et sociales du mal de tête sont importantes. Chez ceux qui en sont affectés de manière répétée, la dépression est bien plus fréquente. Cela ramène à l'éternel et universel problème de l'œuf et la poule ! Mais il semble bien que ce soit le mal de tête chronique qui conduise le plus souvent à la dépression, même si l'inverse est parfois observé.

Les causes de céphalées les plus fréquentes sont sans nul doute les céphalées de tension, puis les migraines, les algies et névralgies de la face, et les céphalées par abus de médicaments antalgiques.

Cette dernière catégorie vient par contre en premier dans ce qu'on appelle les céphalées chroniques quotidiennes, pathologie assez effrayante qui se manifeste par un mal de tête quotidien permanent avec escalade thérapeutique d'automédication le plus souvent. Ces céphalées chroniques quotidiennes sont liées au dérèglement des centres de l'irradiation (thalamus) de la douleur.

## Les médicaments de la crise migraineuse

### ***Actaea racemosa***

Préparé à partir d'une plante (l'actée à grappes), il s'agit de toutes les sortes de céphalées avec de fortes tensions dans la nuque et même dans le haut du dos. Chez les femmes il y a une aggravation le premier jour des règles et la douleur est proportionnelle au flux. La douleur part de la nuque et remonte à l'arrière du crâne, avec parfois une sensation douloureuse dans les yeux.

### ***Belladonna***

La fameuse belladone qui doit son nom à ce qu'elle rendait les femmes romaines plus belles (par dilatation des pupilles). Cela explique cette douleur avec crainte de la lumière et désir de calme, d'obscurité et de silence. La douleur est battante comme si la tête allait éclater et il y a une rougeur de la face. Aggravation le soir avant minuit.

### ***Coffea cruda***

C'est bien du café dont il s'agit, non torréfié. Douleur à la tête comme un clou planté ou névralgie du visage. Il y a une hypersensibilité de tous les sens, au bruit, aux images, aux odeurs et même aux émotions surtout paradoxalement les émotions joyeuses ! Tout est aggravé par le café et les excitants.

### ***Cyclamen***

Plante à fleur bien connue. Migraines plutôt ophtalmiques, précédées ou accompagnées de troubles visuels (scintillements ou au contraire ombres, taches) et de troubles digestifs (nausées, diarrhées). Mais aussi migraines temporales gauches. Le mal de tête est maximal le

matin au réveil avec vertiges. Il y a une intolérance aux aliments gras et tous les aliments paraissent salés.

### ***Glonoinum***

Préparé à partir de la trinitrine (médicament des cardiaques) plus connu sous le nom « explosif » de nitroglycérine. Il correspond à des maux de tête violents à forte composante circulatoire. Visage très rouge, bouffée de chaleur, brusque afflux de sang à la tête (attention, c'est parfois le signe d'une hypertension artérielle). La lumière fait mal et on se tient la tête serrée dans les mains, immobile. Il peut y avoir des palpitations en même temps que le mal de tête.

### ***Ignatia***

La fève de Saint Ignace donne son nom à ce médicament qui correspond à des gens très anxieux. Sensation de clou planté sur le côté de la tête. Tout est aggravé par le bruit, la lumière et surtout les odeurs. Souvent le mal de tête se termine par une envie d'uriner très abondante. La crise a souvent été la conséquence d'une contrariété.

### ***Iris versicolor***

Fleur connue et qui correspond à une migraine plutôt ophtalmique, en tout cas douleur d'un seul côté de la tête. Parfois névralgies au visage. Les crises surviennent souvent une fois par semaine et plus volontiers le weekend, au moment de la détente. Elles sont précédées de trouble visuel ou de phosphènes (taches lumineuses), avec brûlures gastriques et vomissements.

**Kalium bichromicum**

Produit chimique (bichromate de potassium) que l'on trouve en particulier dans la bière. Correspond à des maux de tête d'origine ou d'accompagnement digestif. Les douleurs débutent très brusquement et se terminent de la même façon. La douleur est très localisée, presque de la surface de la pulpe d'un doigt. Plutôt des migraines ophtalmiques ou des céphalées en relation avec une sinusite. Tout est aggravé par la consommation de bière.

**Nux vomica**

La noix vomique. Mal de tête apparaissant au réveil, parfois après une mauvaise nuit et très souvent consécutif à des excès de table.

## Les médicaments de fond de la migraine

**Calcarea phosphorica**

Le phosphate de calcium. Maux de tête des enfants, des adolescents ayant grandi trop vite, mais aussi des adultes au dos fragile. Ces personnes sont maigres, très fatigables et avec un appétit d'oiseau. Mal de tête mais aussi douleurs dorsales. Douleurs des os du crâne.

**Lachesis**

Venin d'une variété de serpent à sonnette... sans sonnette ! Les maux de tête siègent le plus souvent à gauche si ce sont des migraines et évoluent de gauche à droite dans les autres cas. La douleur est occipitale ou au contraire ophtalmique. Elle est battante, par congestion de la tête et est aggravée à la chaleur et après le sommeil. Tout est amélioré par l'apparition des règles chez la femme et aggravé en cas de retard. Dans les deux sexes, aggravation par le soleil et amélioration la nuit. Plus volontiers actifs chez des sujets à tendance jalouse et très bavards.

**Lycopodium**

Petite fougère porteuse de spores noires. La douleur est plus volontiers à droite ou évolue de droite à gauche. Tous les maux de tête surviennent dans un contexte digestif. La personne qui correspond à **Lycopodium** est une hépatique, atulente et ballonnée. Elle est frieuse et tout est aggravé en fin d'après midi vers 17 heures. L'humeur est maussade, tempérament bilieux, tendance « parano ».

**Natrum muriaticum**

C'est le sel de mer (chlorure de sodium). Grand médicament de céphalées chez des sujets plutôt fatigués et déminéralisés avec souvent un grand désir de sel, une soif, une tendance nostalgique marquée. La douleur suit la courbe du soleil (le plus fort vers midi) et a souvent une périodicité de 2 ou 4 jours. Mal de tête battant, sensation de clou, souvent douleur à l'œil ou à la face. Le bord de la mer, le retard des repas peuvent provoquer la crise.

**Nux vomica**

Nous l'avons déjà vu dans les médicaments de crise. En fond il correspond aux sédentaires hyperactifs intoxiqués (tabac, alcool, café) et coléreux. Insomniaques, ils se réveillent avec le mal de tête qu'ils vont faire payer à leur entourage jusqu'à la sieste qui les améliore.

Humeur très maussade et amélioration par un court sommeil sont caractéristiques. De même que la constipation et une forte fatigue après le repas vers 14 heures.

**Spigelia anthelmia**

La spigélie vermifuge. Elle correspond à des maux de tête névralgiques ou des névralgies. Le plus souvent la douleur siège du côté gauche. Névralgie qui part de la nuque et remonte jusqu'au front et même à l'œil. Ou névralgie du trijumeau. La douleur démarre le matin et augmente progressivement comme la course du soleil ; maximale à midi puis décroissante jusqu'au soir.

**Psorinum**

Médicament préparé à partir des vésicules de la gale ! Cette origine peu ragoûtante (mais la dilution/dynamisation sauve tout) ne doit pas occulter ce grand médicament des gens réagissant mal aux médicaments. Rien ne leur fait effet et ils ont tout essayé. Découragement et apathie sont fréquents. Le mal de tête est très périodique, aggravé l'hiver et est précédé d'une sensation de pleine forme qui tranche avec le fond général fatigué.

**Pulsatilla**

L'anémone pulsatile aux belles couleurs rouges correspond aux maux de tête variables dans leurs manifestations. Ce n'est jamais le même mal de tête, jamais au même moment, jamais amélioré ou aggravé par la même chose. Maux de tête par congestion ; sensation de battement et aggravation par la chaleur. Chez les femmes, les règles sont en retard et/ou insuffisantes. Personnalités douces et tranquilles. Tendance à la dépendance affective.

**Sepia**

L'encre de la seiche. Maux de tête frontaux ou occipitaux avec troubles digestifs et surtout problèmes veineux. Chez les femmes, tout est aggravé au moment des règles. **Sepia** correspond aux femmes volontiers dépressives ou au moins introverties et peu portées à la communication. La consolation et la compassion les aggravent et leur attitude sociale est le plus souvent le repli.

**Silicea**

Préparé à partir du quartz. Sujets très déminéralisés et très fragiles. La douleur part de la nuque et se termine au front et vers les yeux. Tout est aggravé par le travail intellectuel. Les douleurs sont améliorées en s'enveloppant chaudement la tête. Souvent le mal de tête se traduit par une sensation de clou enfoncé dans le crâne.

**Sulfur**

Le soufre. Très grand médicament des gens qui souffrent de maux de tête consécutifs à un encrassement chronique du terrain (bonne chère, sédentarité) avec sensation de brûlure. Cette brûlure peut être ressentie au sommet du crâne ; les oreilles sont rouge vif. Intolérance totale à la chaleur. Le mal de tête revient tous les 7 ou 14 jours. Alternance avec un autre symptôme (souvent diarrhée ou eczéma).