

## Maux de tête / migraine

On estime qu'un quart de la population souffre de maux de tête de façon régulière. Malgré leur fréquence, ces douleurs ne doivent en aucun cas être prises à la légère. La douleur est toujours un signal d'alarme dont la fonction est de nous avertir que quelque chose ne va pas dans notre organisme. En effet, celle-ci peut indiquer la présence de problèmes plus graves tels que l'hypertension, des troubles visuels ou neurologiques, ou même une tumeur cérébrale.

Il n'est pas judicieux de masquer la douleur avec des médicaments. Au contraire, il faut en découvrir la cause. Votre docteur en chiropratique, étant un professionnel de premier contact, pourra évaluer si la cause provient de la colonne cervicale (subluxation vertébrale) et vous recommandera un traitement à la fois rapide et efficace afin de résoudre votre problème avant que celui-ci ne s'aggrave. Si la cause de votre problème ne relève pas de son champ de pratique, il saura vous guider vers le professionnel approprié.

### Maux de tête de tension

Parmi les différents types de maux de tête les plus fréquents sont ceux causés par la tension musculaire. Ils sont dus au fait que la région cervicale perd sa courbure naturelle, phénomène provoqué par une combinaison de facteurs : mauvaises postures (au travail, lors du sommeil), chutes, chocs, accidents, lésions telles que le coup de lapin (souvent provoqué lors d'un accident d'auto), tension nerveuse, stress, etc.

Pour compenser cette rectitude cervicale et maintenir la tête en position normale, les muscles du cou travaillent en surplus, entraînant des spasmes musculaires et de fortes contractures.



De plus ces problèmes cervicaux peuvent engendrer à long terme une usure vertébrale, pouvant provoquer par exemple de l'arthrose cervicale ou même une hernie discale. Il est donc primordial de ne pas seulement masquer les douleurs mais au contraire de traiter le problème à la racine.

## Migraines

Parmi les différents maux de tête, la migraine est la plus douloureuse. Cette douleur lancinante, normalement localisée d'un seul côté de la tête, est souvent exacerbée par la lumière et fréquemment accompagnée de nausées et vomissements. Bien qu'il existe un terrain de prédisposition héréditaire, les migraines ne doivent jamais être considérées comme normales et doivent être traitées.

Chez les personnes sujettes aux migraines, on retrouve fréquemment un trouble vertébral affectant la partie du système nerveux qui contrôle la fonction des vaisseaux sanguins. Pour savoir si c'est votre cas, il est recommandé d'effectuer une vérification chiropratique de votre colonne vertébrale.

### La solution traditionnelle

Les maux de têtes ont entraîné la mise sur le marché d'une multitude de médicaments dont la seule fonction est de masquer les symptômes de la douleur. Il s'agit d'agents puissants qui insensibilisent le système nerveux pour que la douleur ne se fasse pas ressentir. Malgré leur commodité, ces produits ne résolvent pas la cause réelle du mal. Il faut également se rappeler que ces produits peuvent entraîner des effets secondaires.

### La solution Chiropratique

La chiropratique ne traite pas seulement les symptômes mais aussi l'origine du problème. Cette thérapie offre une alternative sûre, efficace et naturelle pour traiter les maux de tête.

Pour les maux de tête de tension, le docteur en chiropratique traitera la colonne dans le but de restaurer la courbure cervicale et l'amplitude de mouvements normaux. Ceci permettra aux muscles de relaxer, mettant ainsi fin aux spasmes douloureux.

Les migraines, elles, seront traitées en corrigeant le dysfonctionnement vertébral affectant la partie du système nerveux qui contrôle la dilatation et la constriction des vaisseaux sanguins de la tête.

**Souvenez-vous** qu'il n'est pas normal de souffrir de maux de tête. Consultez votre docteur en chiropratique.

