Apport de la Microkinésithérapie chez des patients souffrant de douleurs de tête.

Enquête et résultats.

Laurent Calderara

POURQUOI CETTE ÉTUDE ?

But :

Mettre en évidence l'efficacité de la pratique de la microkinésithérapie chez des sujets présentant des algies au niveau de la sphère céphalique.

Quand ?

De fin 2009 jusqu'au premier trimestre 2012 en cabinet privé.

Quoi ?

Toutes les douleurs de tête :

- migraines
- céphalées frontales
- névralgies d'Arnold
- douleurs occipitales
- douleurs au niveau des tempes, des yeux, du sommet du crâne
- névralgies du trijumeau, etc.

MISE EN PLACE.

Mise en place d'un protocole d'étude constitué d'un questionnaire d'auto-évaluation.

N'ont pas été reprises dans l'étude les personnes ayant utilisé d'autres techniques entre l'enquête et leur séance de microkinésithérapie.

Enquête et résultats sur l'apport de la microkinésithérapie

chez des patients souffrant de douleurs de tête.

Madame/Mademoiselle/Monsieur : …… Age : ……. ans.

1) Vous avez été traité en microkinésithérapie pour des maux de tête le : ……..

2) Connaissez-vous la « date » d'apparition de vos douleurs de tête ?:

3) Ancienneté de vos maux de tête : jours ; mois ; ans

4) Pensez-vous en connaître l'origine ?

5) Quelle était la fréquence et la durée de vos maux de tête ?

a) Avant la séance : ……/mois ; ……/semaine ; et la durée : ……..jours

b) Après la séance : ……/mois ; ……/semaine ; et la durée : ……..jours

6) Preniez-vous ou prenez-vous un traitement médicamenteux :

OUI NON si Oui, lequel :

7) A combien estimiez-vous l'intensité de vos maux de tête avant la séance de microkinésithérapie sur une échelle de 0 à 10, en sachant que 0 = pas de douleur et 10 = douleur maximale ? …….

8) A combien estimez-vous l'intensité de vos maux de tête après la séance de microkinésithérapie sur une échelle de 0 à 10 ? …….

9) A combien estimez-vous l'apport de la microkinésithérapie sur une échelle de 0 à 10, en sachant que 0 = pas de résultat et 10 = apport maximale ? …….

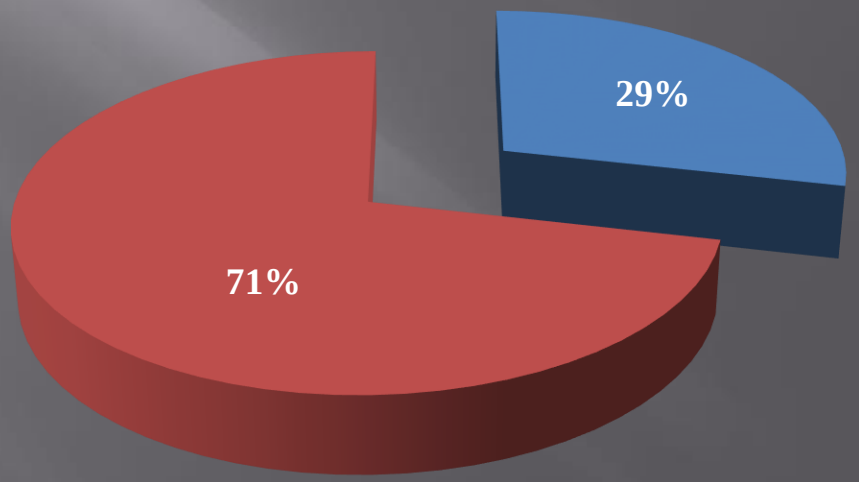
10) Nombre de séance de microkinésithérapie effectuée : séance (s).

Merci pour votre participation et votre disponibilité.

L'ETUDE.

252 dossiers au départ.
68 hommes.
184 femmes.
Pas de réponses : 23.
1 décès.

228 dossiers exploitables.



65 hommes.

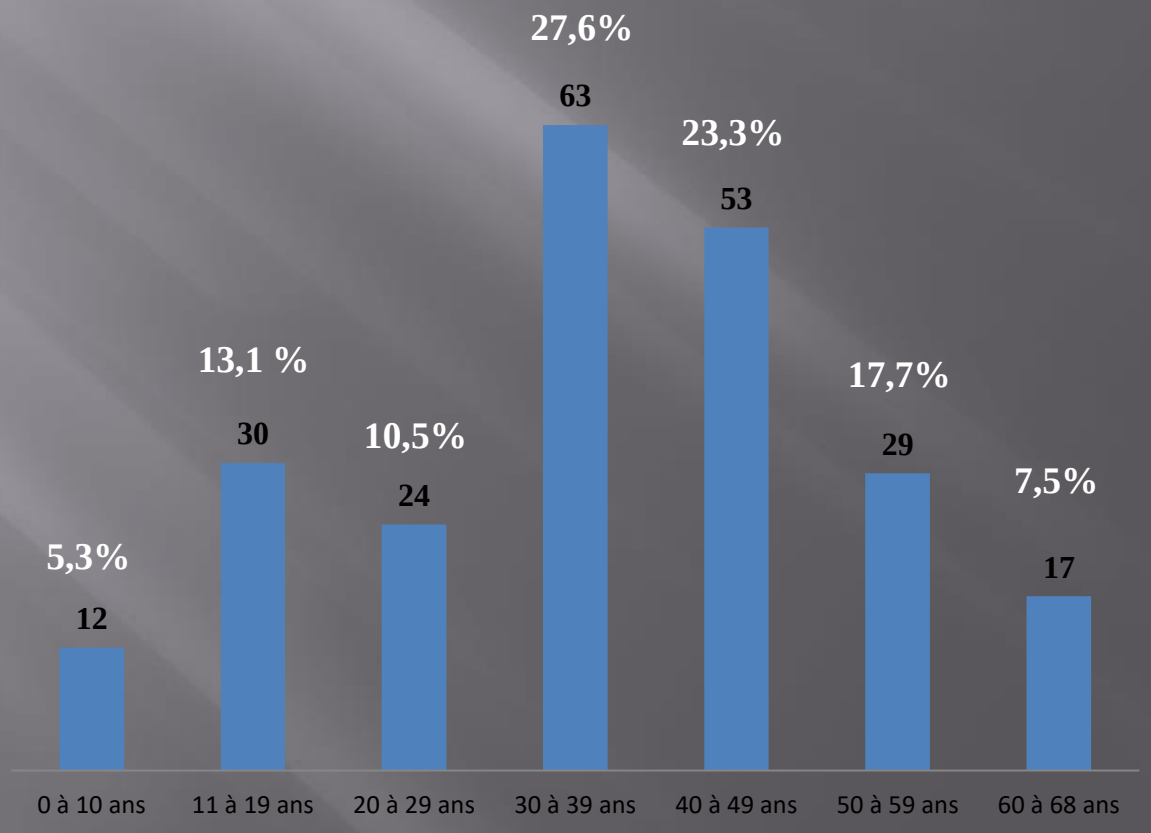
163 femmes.

RÉPARTITION PAR ÂGE.

0 à 10 ans : 12.
11 à 19 ans : 30.
20 à 29 ans : 24.
30 à 39 ans : 63.
40 à 49 ans : 53.
50 à 59 ans : 29.
60 à 68 ans : 17.

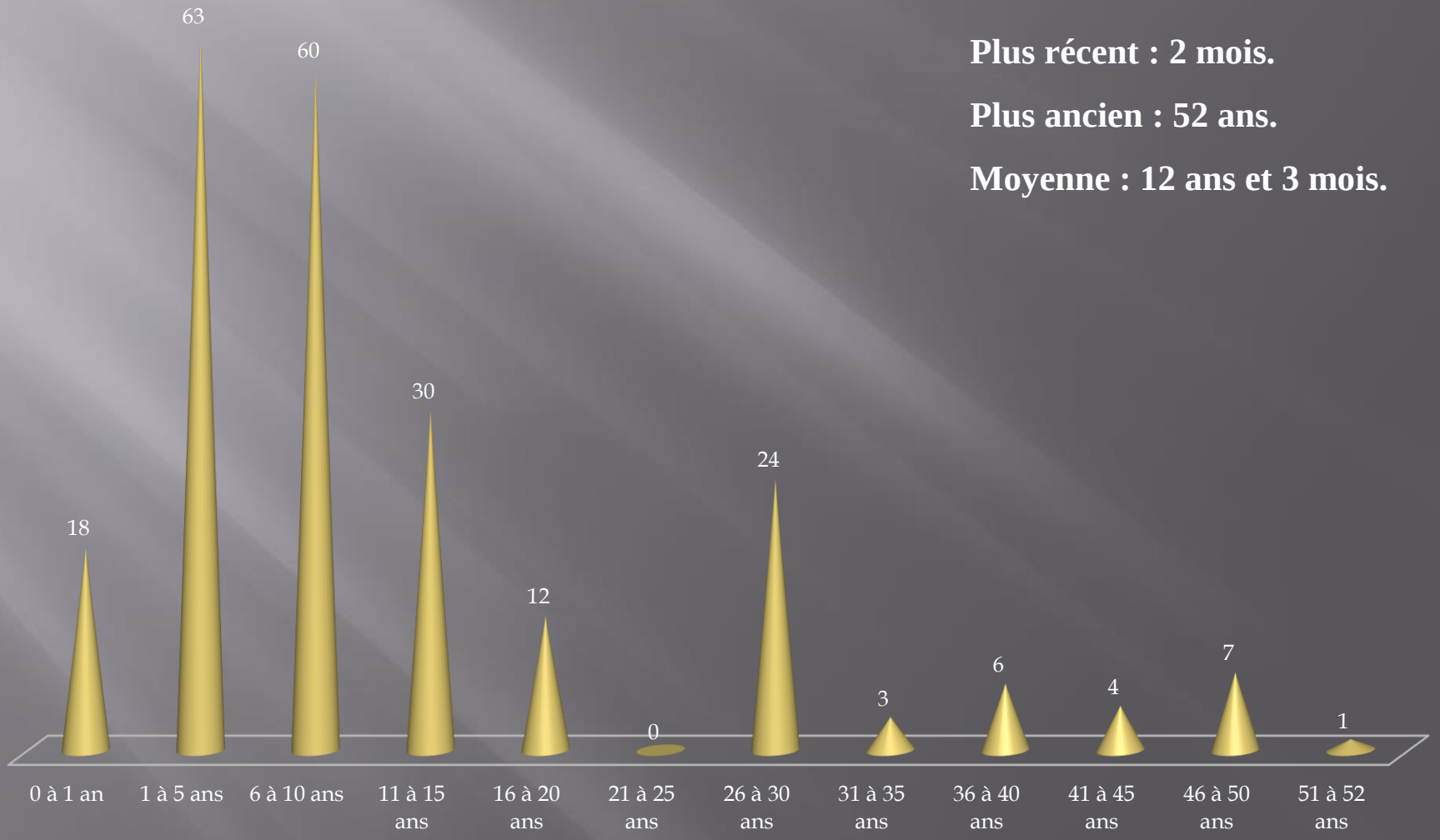
Le plus jeune : 7 ans.

Le plus âgé : 68 ans.



Ancienneté.

Apparition des symptômes

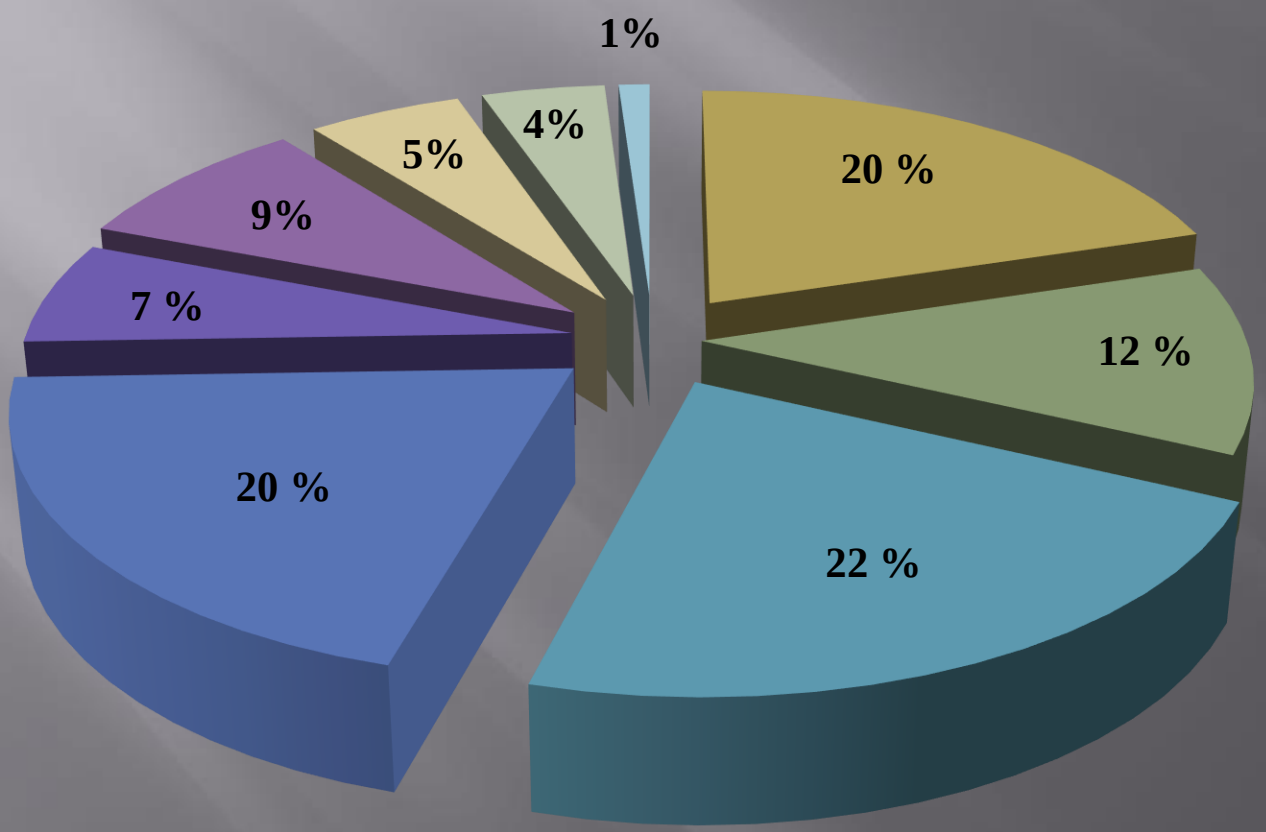


Plus récent : 2 mois.

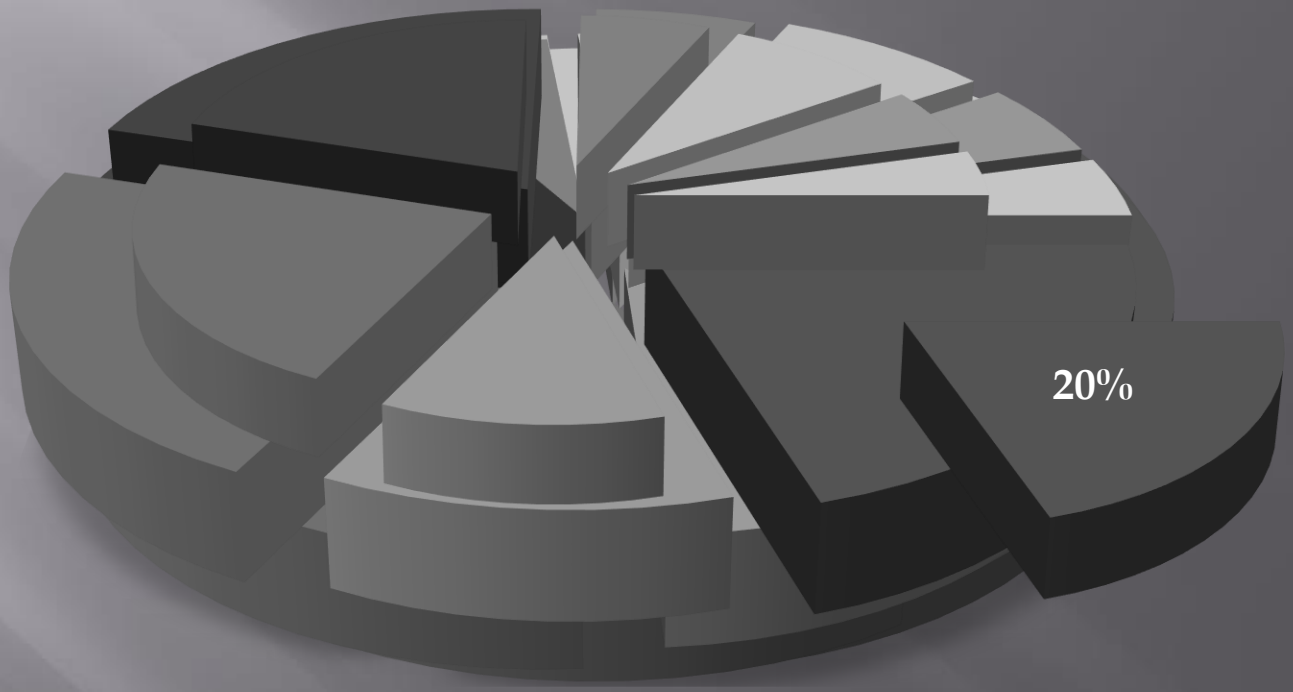
Plus ancien : 52 ans.

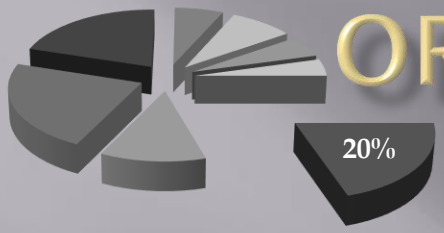
Moyenne : 12 ans et 3 mois.

QUELLES SONT, SELON VOUS, LES ORIGINES ?



ORIGINE : NERVEUSE

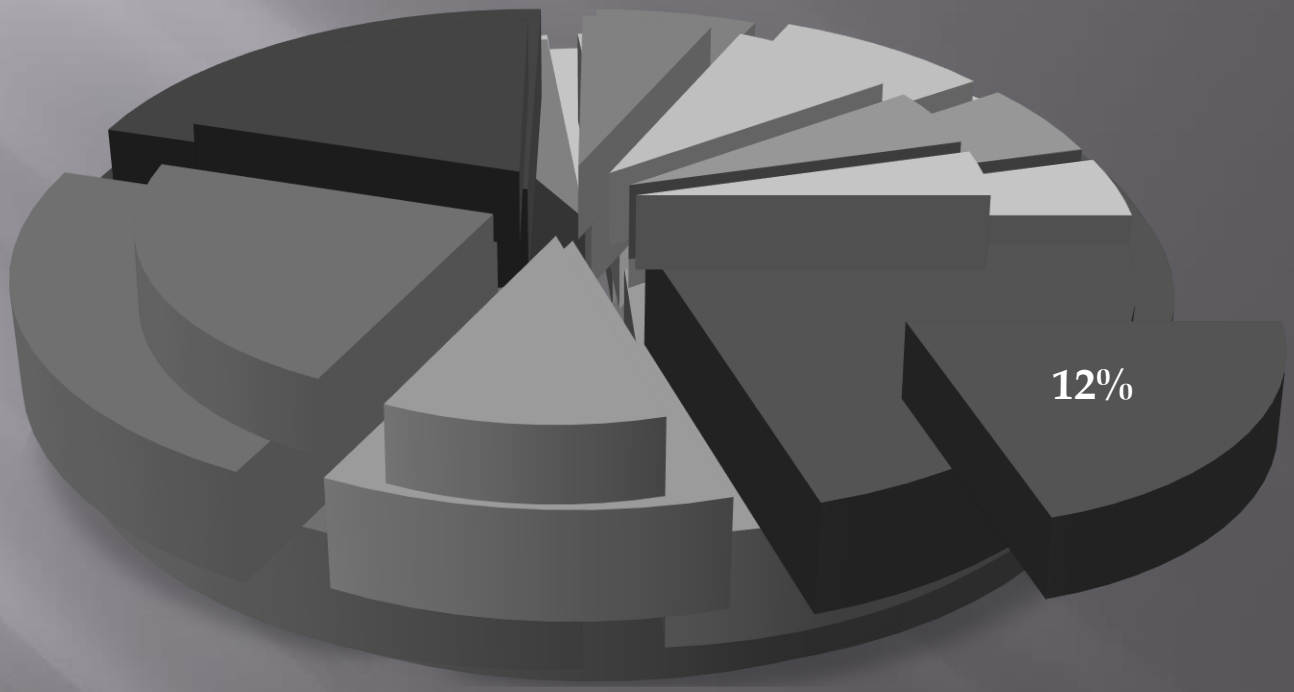


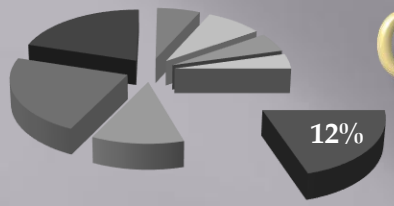


ORIGINE : NERVEUSE

- Stress.
- Anxiété.
- Nervosité.
- Angoisse.
- Crise de spasmophilie.
- Hyperventilation.

ORIGINE DIGESTIVE

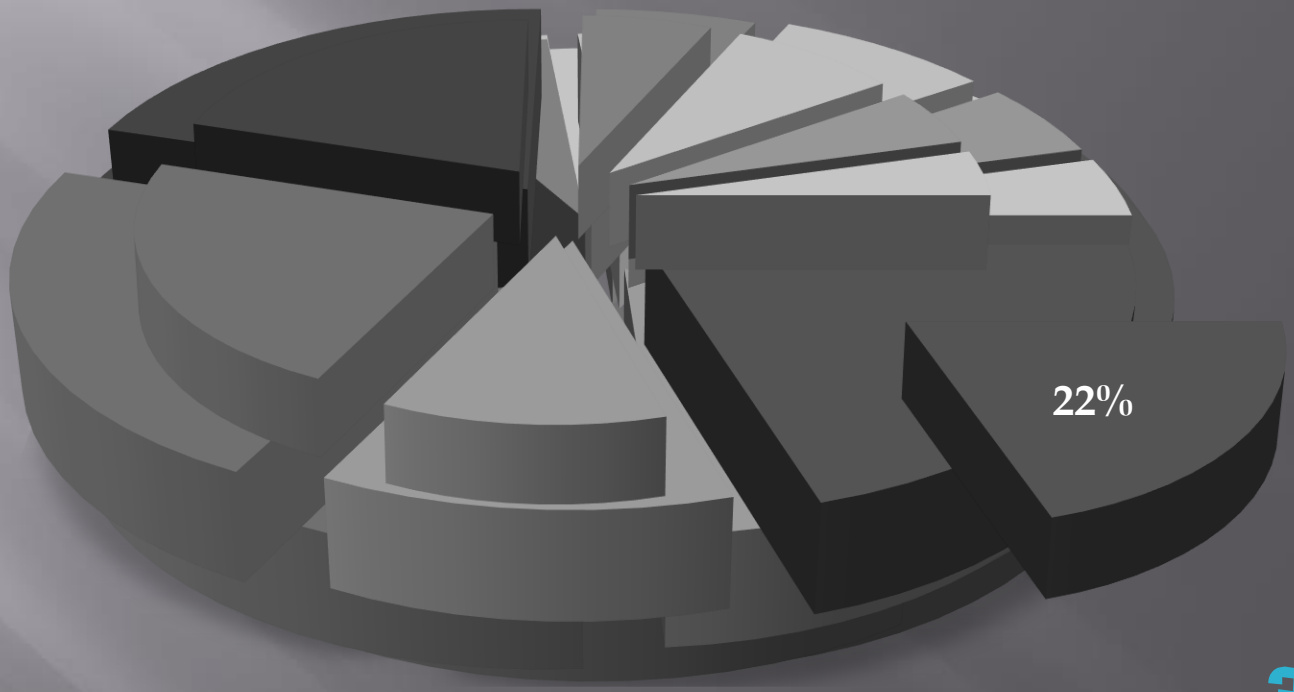




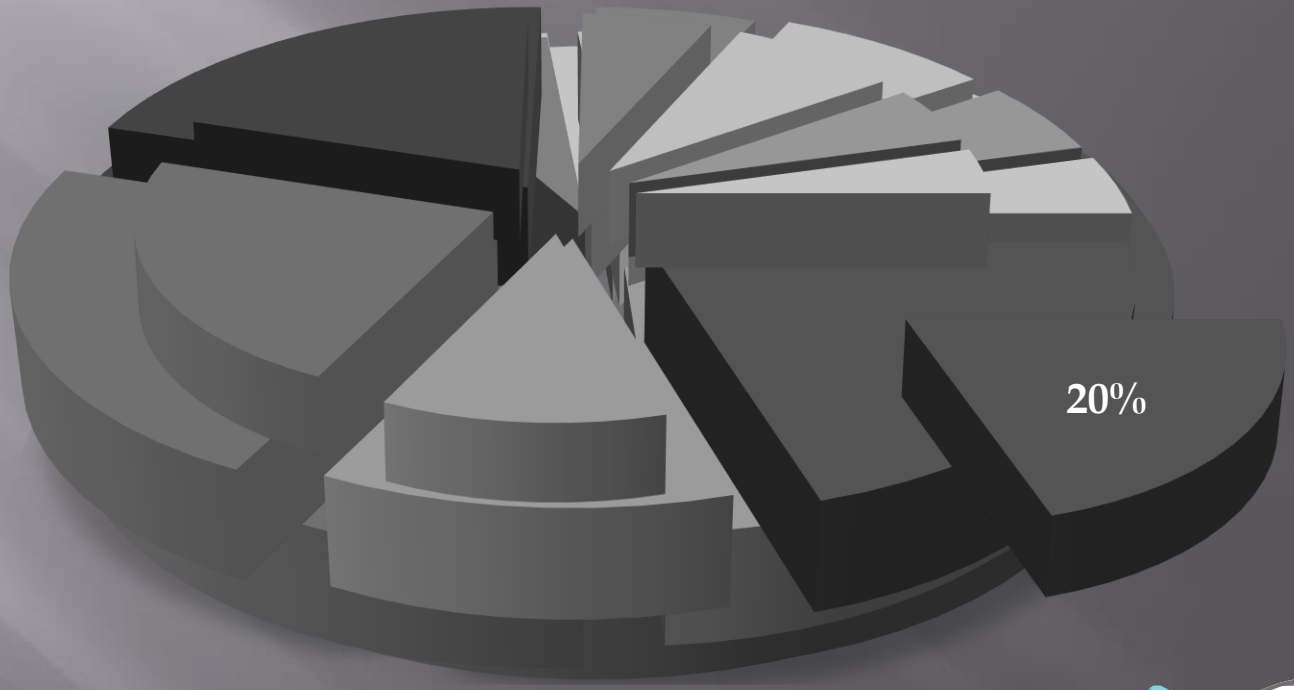
ORIGINE DIGESTIVE

- Nausées.
- Transit intestinal.
- Fragilité : foie - vésicule (alcool) - estomac.
- Toxicité médicamenteuse (chimiothérapie, ...).
- Toxicité alimentaire.
- Rectocolites, colites.
- Reflux gastriques.
- Oesophagite.

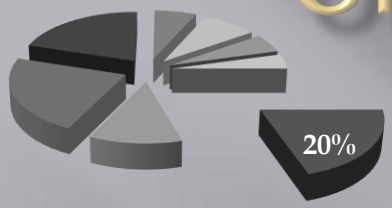
ORIGINE INCONNUE



ORIGINE TRAUMATIQUE

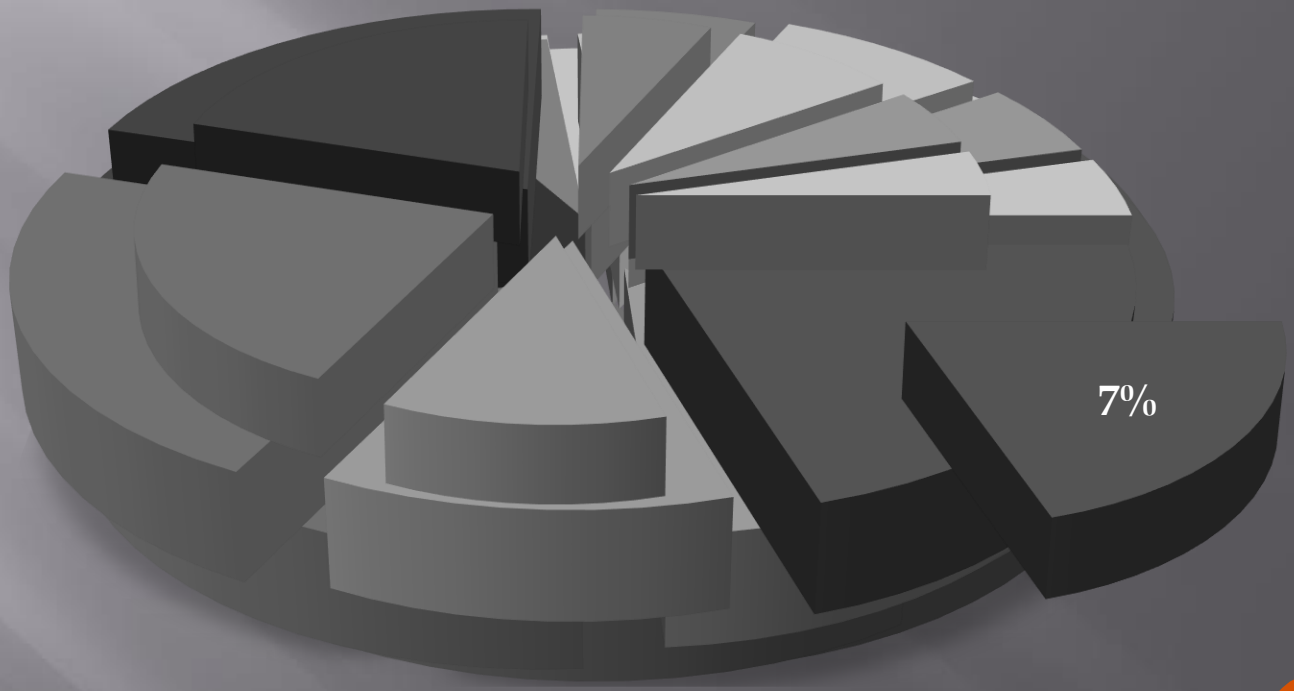


ORIGINE TRAUMATIQUE

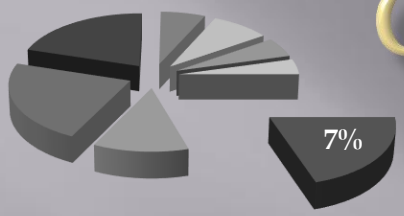


- Chutes.
- Wiplash.
- Choc sur la tête.
- Arthrose cervicale.
- Névralgies d'Arnold.
- Névralgie du trijumeau.
- Torticolis.
- Commotions cérébrales.

ORIGINE : SOMMEIL

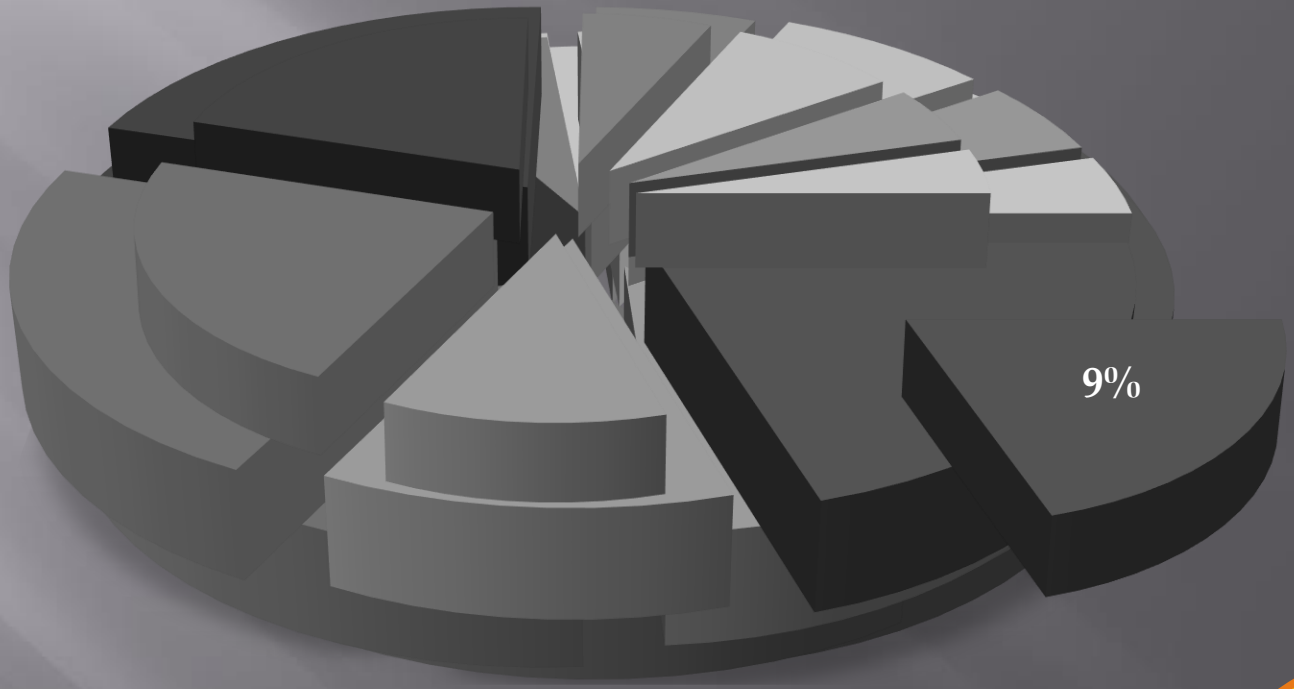


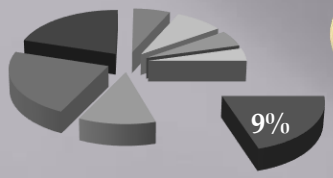
ORIGINE : SOMMEIL



- Décalage horaire.
- Insomnie.
- Manque de sommeil.
- Nuits saccadées.

ORIGINE HORMONALE

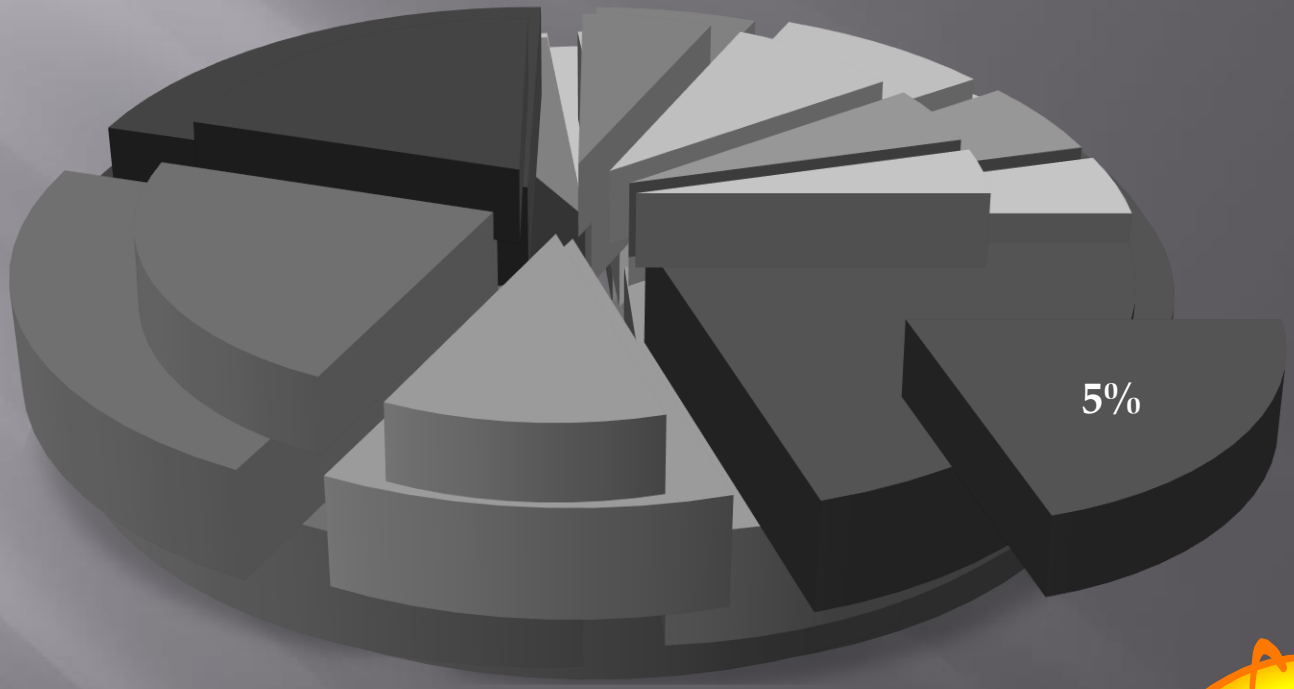


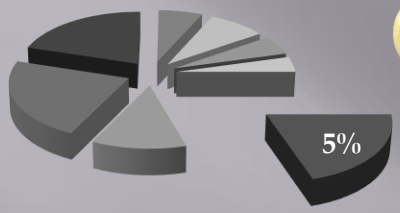


ORIGINE HORMONALE

- Les règles.
- Pilules.
- Stérilet.
- Aménorrhées.
- Dysménorrhées.
- Grossesse.
- Ménopause.

ORIGINE : FATIGUE

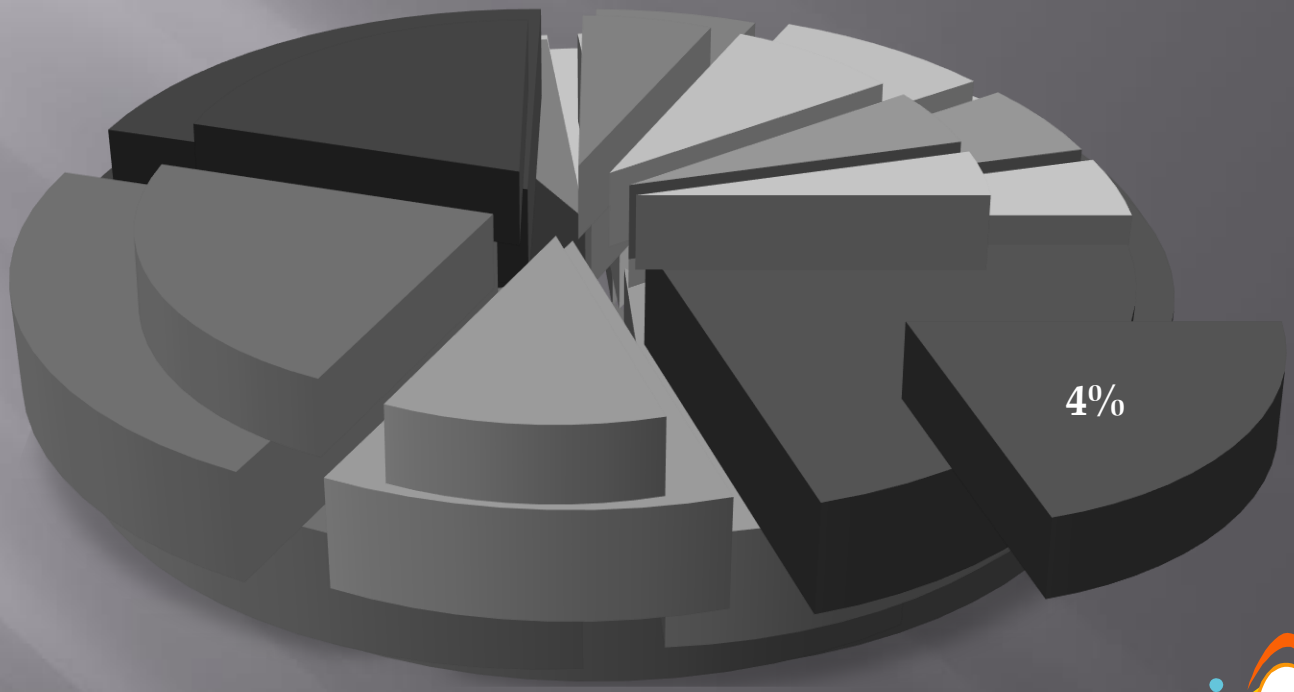


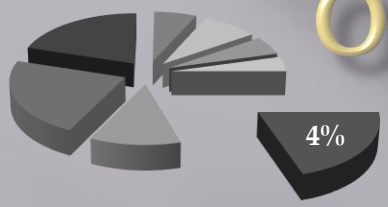


ORIGINE : FATIGUE

- Epuisement.
- Burn Out.
- Fatigue non expliquée.

ORIGINE EMOTIONNELLE

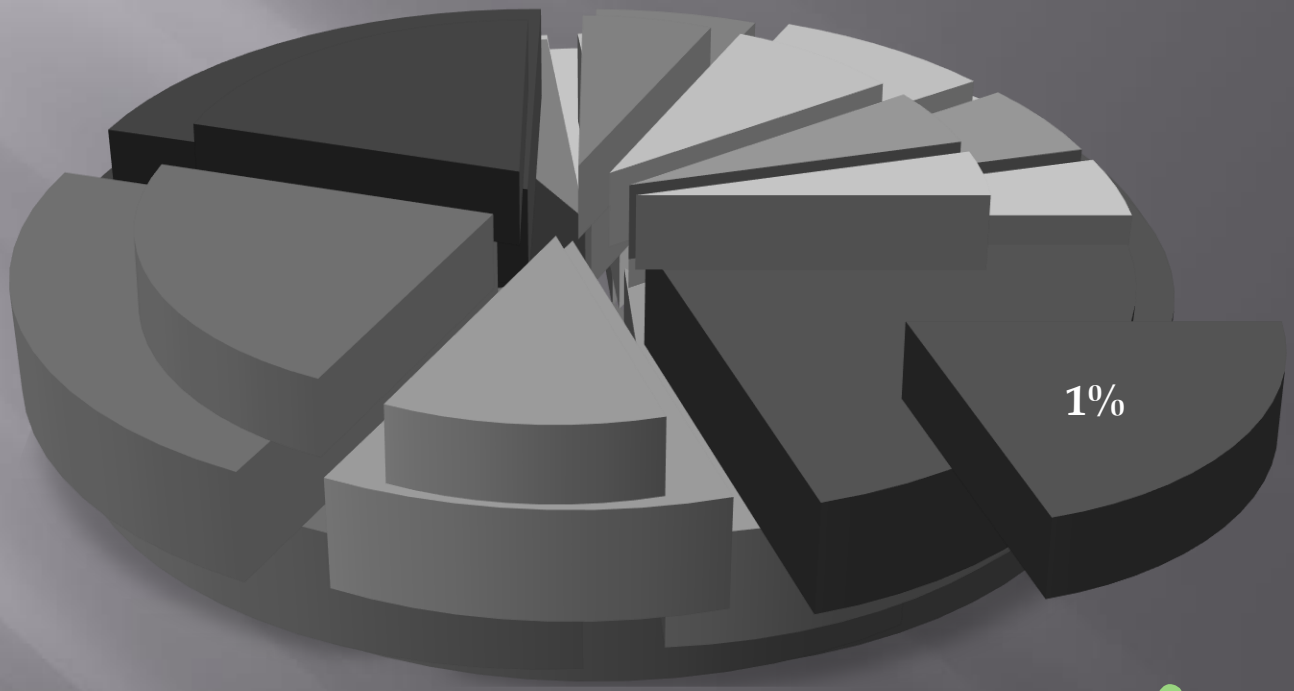


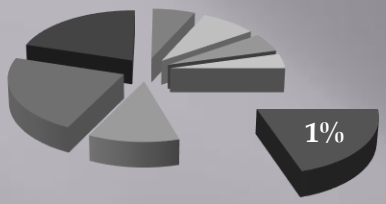


ORIGINE EMOTIONNELLE

- Peurs (accidents, agressions, insécurité).
- Affective.
- Injustice (blessures d'amour propre).

ORIGINE VIRALE





ORIGINE VIRALE

- Mononucléose.
- CMV.
- Sinusite.

FRÉQUENCE

Premier calcul.

Avant séance : 2,74 par semaine.

624,72 : 228 = 2,74.

Après séance : 0,31 par semaine.

71,25 : 228 = 0,31.

Amélioration = 88,6 %.

Deuxième calcul.

Avant séance : 320,35 jours par an.

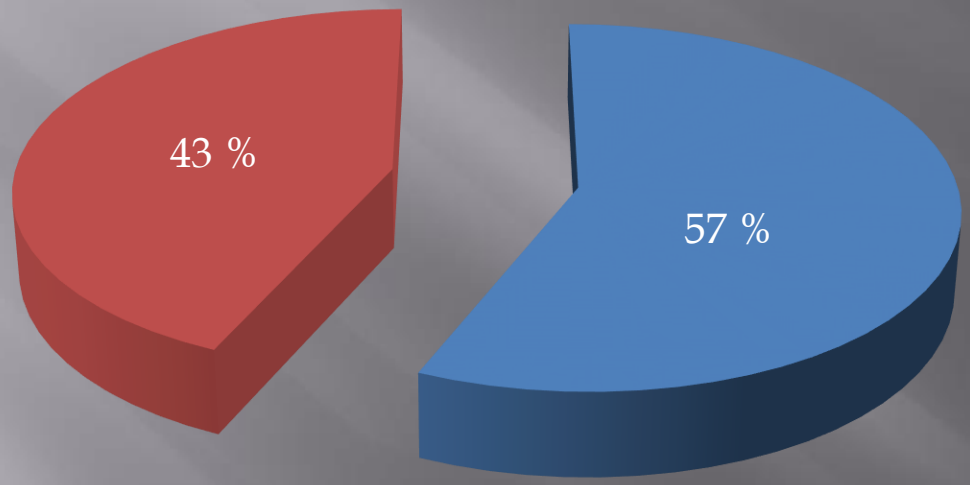
73 040 : 228 = 320,35.

Après séance : 33,03 jours par an.

7530 : 228 = 33,03.

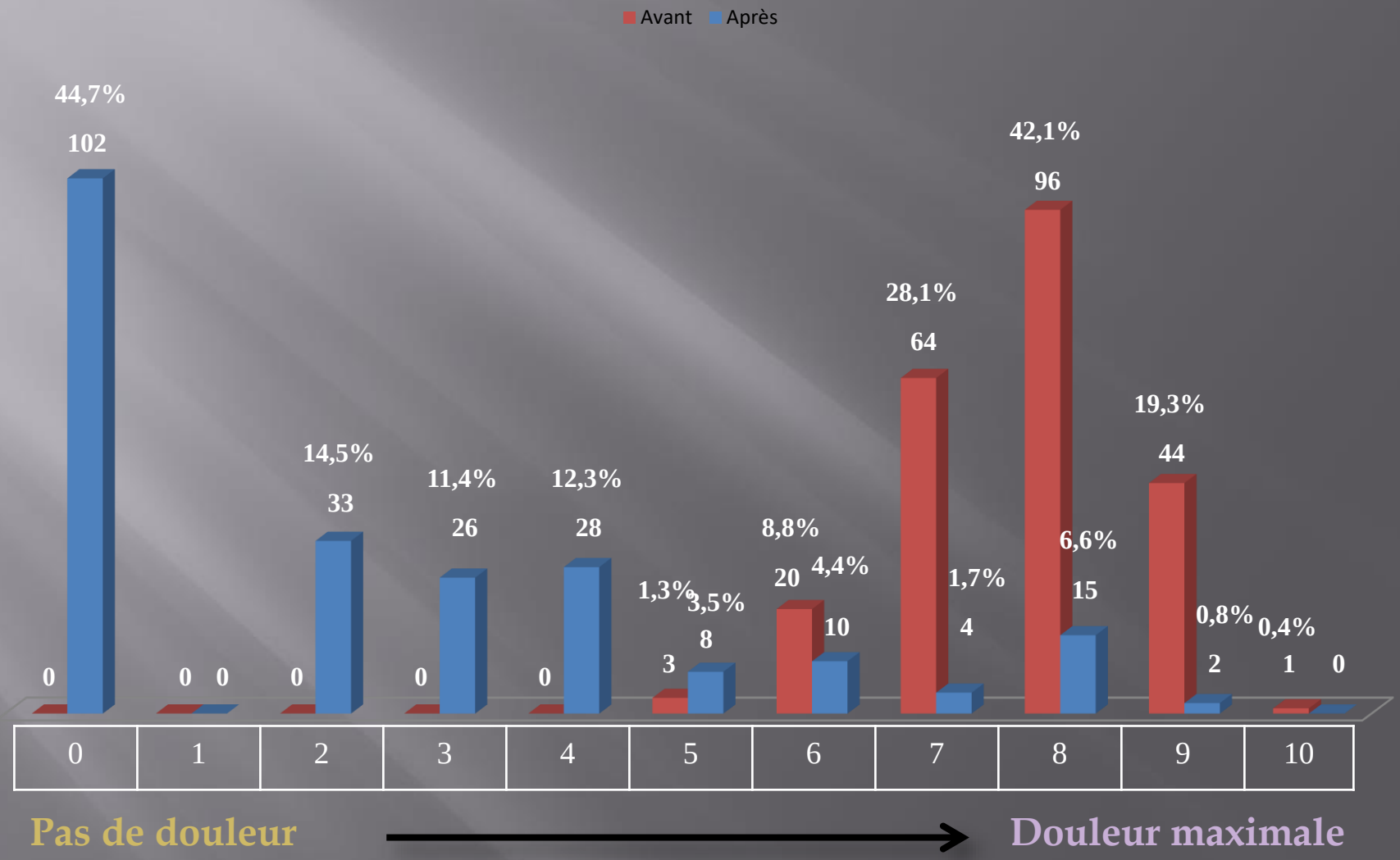
Amélioration = 89,69 %.

Traitement médicamenteux.



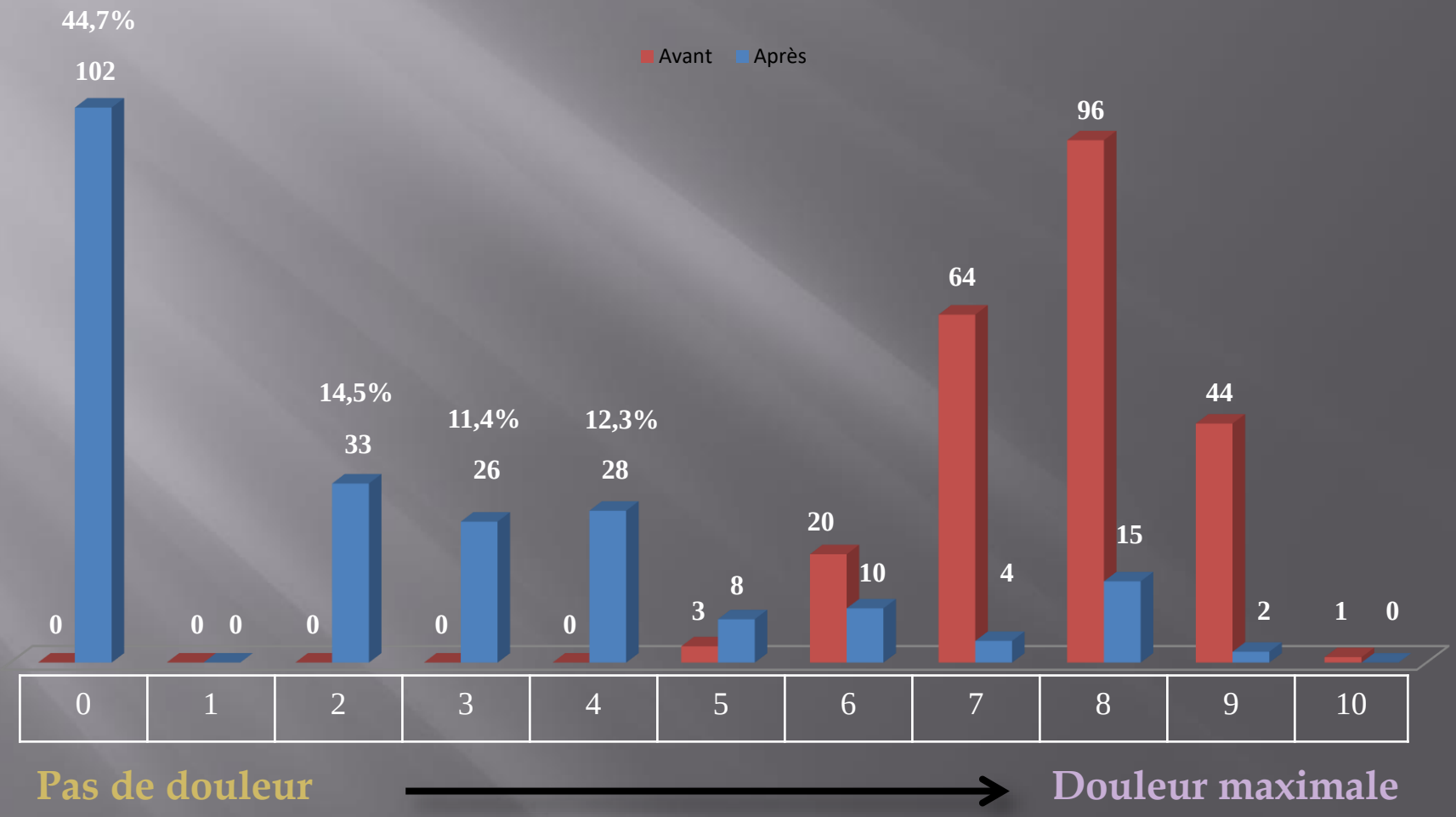
- antidouleur
- anti-inflammatoire
- antidépresseur
- antiépileptique
- antiparkinsonien

INTENSITÉ


Avant
Après
0
44,7%
102
0
0
0
14,5%
33
0
11,4%
26
0
12,3%
28
1,3%
3
3,5%
8
8,8%
20
4,4%
10
28,1%
64
1,7%
4
42,1%
96
6,6%
15
19,3%
44
0,8%
2
0,4%
1
0
0
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
Pas de douleur
Douleur maximale

INTENSITÉ

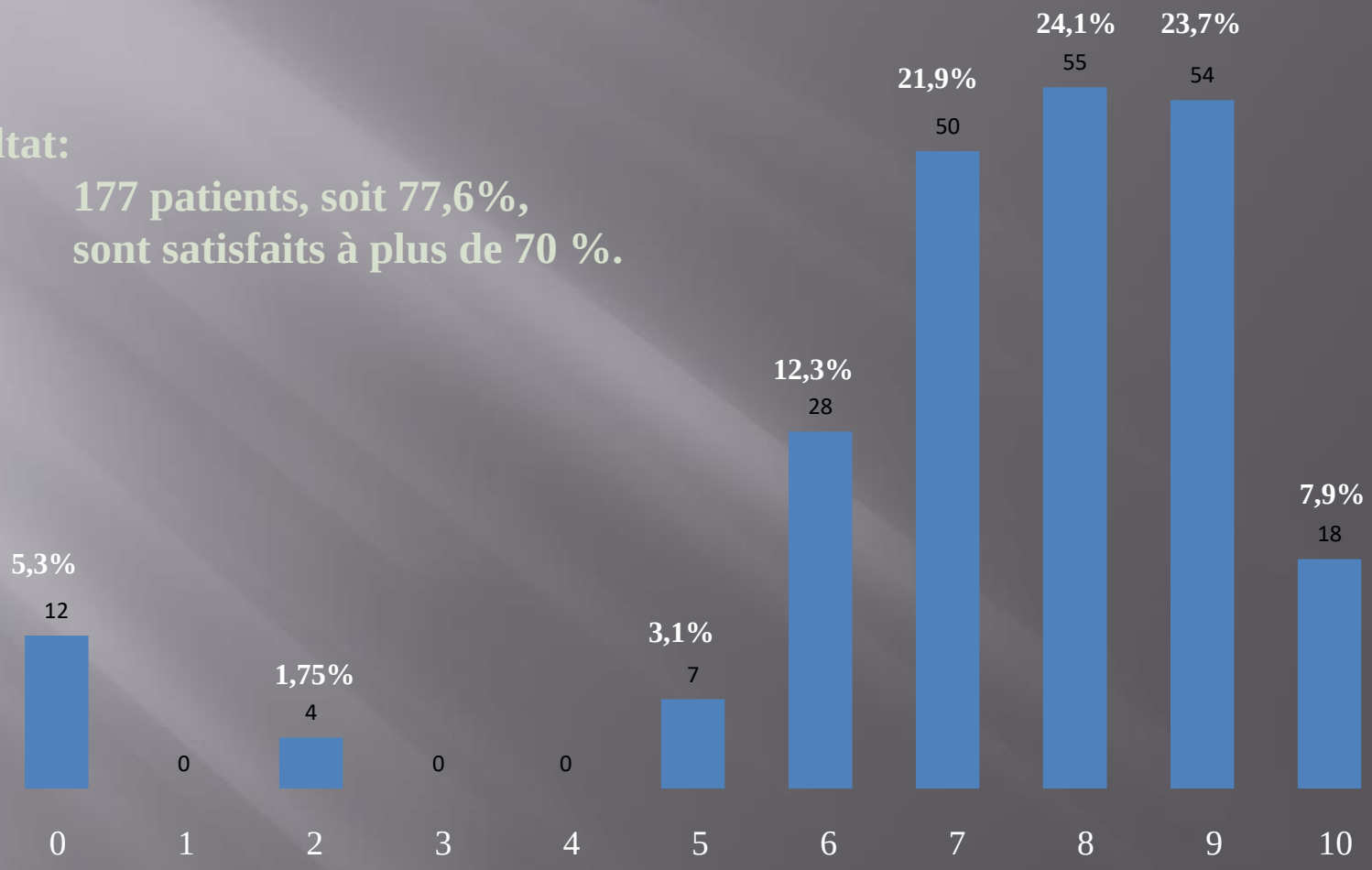
Résultat : 102 personnes n'ont plus de douleur (0), soit 44,7%.



APPORT DE LA MICROKINÉSITHÉRAPIE

Résultat:

177 patients, soit 77,6%,
sont satisfaits à plus de 70 %.



Pas de résultat → **Apport maximal**

Nombre de séances.

Minimum : 1

Maximum : 8

381 séances : 228

1,67 séances en moyenne.

Objectivation par une étude détaillée sur 7 patients.

Monsieur D.M. : 58 ans.

Migraines depuis l'enfance (ancienneté 49 ans).

Anxieux, tendu, accentuation des symptôme depuis 2003.

Quatre crises d'épilepsie ces dix dernières années.

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : tous les jours avec une intensité de 7.

Après séance : 1 fois par semaine avec une intensité de 4.

Apport de la séance de microkinésithérapie : 6.

Constat :

Douleurs toujours présentes.

Diminution de l'intensité de moitié

Patient satisfait mais désireux d'une seconde séance.

Madame V.P. : 34ans.

Maux de têtes très variable (temporal, frontal, occipital).

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : 1 fois par semaine avec une intensité de 8,
10 un jour avant les règles

Après séance : 1 fois par mois (un jour avant les règles) avec une intensité de 2.

Apport des deux séances de microkinésithérapie : 7.

Constat :

Seul le problème gynécologique persiste.

Madame T.I. : 35 ans.

Stress, angoisse, fatigue, maux de tête, digestion.

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : tous les 2 jours avec une intensité de 9.

Après séance : tous les 2 jours avec une intensité de 9.

Apport des huit séances de microkinésithérapie : 0.

Constat :

Après 8 séance de microkinésithérapie d'autres symptômes se sont améliorés. Pas les maux de tête.

Mademoiselle Q.L. : 14 ans.

Crises d'épilepsie depuis l'âge de 3 ans dès que sa température dépasse 38.5.

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : tous les jours avec une intensité de 9.

Après séance : Plus de maux de tête.

Apport de la séance de microkinésithérapie : 10.

Constat :

Cette jeune fille de 17 ans aujourd'hui n'a plus de maux de tête.

Grosse grippe en janvier 2012 avec 39,8 : pas de crise d'épilepsie.

Monsieur R.R. : 54 ans.

Migraines ophtalmique, fatigue des yeux (ancienneté 26 ans).

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : une fois par semaine avec une intensité de 8.

Après séance : uniquement pendant les vacances avec une intensité de 4.

Apport de la séance de microkinésithérapie : 7.

Constat :

Deux séances ont été faites pour trouver une éventuelle étiologie à ces maux de tête de vacances ; rien n'y a fait.

Madame S.I. : 46 ans.

Maux de tête, estomac, intestin.

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : deux fois par mois pendant 1 à 3 jours avec une intensité de 9.

Après séance : 1 fois par mois durant 2 ou 3 heures avec une intensité de 4.

Apport de la séance de microkinésithérapie : 9.

Constat :

La patiente affirme que la microkinésithérapie a changé sa vie :

« *Vous ne vous rendez pas compte de ce que c'est que 3 heures de maux de tête par mois, gérable sans médicaments* ».

Madame R.L. : 59 ans.

Maux de tête très diffus à tous les niveaux (frontal, occipital, temporal et ophtalmique) depuis plus de 40 ans.

Fréquence des maux de tête :

Avant séance : deux fois par semaine avec une intensité de 8.

Après séance : Plus de maux de tête.

Apport de la séance de microkinésithérapie : 10.

Constat :

Observation sur l'étiologie trouvée : Chute à vélo sur la tête à 18 ans avec des muscles bloqués en traumatique (PDPT, POT, GDPT). Etonnant de retrouver des muscles en lésion traumatique après si longtemps en connaissant tous les mécanismes de protection que le corps peut mettre en place.

Restons prudents sur l'interprétation que nous faisons quant aux fonctionnements de nos organismes !

A CHAQUE ORGANISME SON HISTOIRE !

Conclusions.

Etude onéreuse par tous les coups de téléphone à donner.

Objectivité des patients interrogés par téléphone ou en renvoyant un mail.

Prend beaucoup de temps à réaliser.

Résultats plus que satisfaisants .

Etude plus valable si réalisée en double aveugle.

Remerciements.

Merci à tous les patients qui ont donné de leur temps pour répondre à ce questionnaire.

Merci pour votre attention et l'intérêt que vous avez porté à cette étude.