



## Dr Sylvain Houle

Chiropraticien

*Collaboration  
spéciale*

### *Les maux de tête?*

**Il existe plusieurs types de céphalée. Les plus fréquentes sont la migraine et la céphalée de tension.**

Cette dernière est un mal de tête bilatéral (situé sur les deux côtés de votre tête), d'intensité légère à modéré, qualifié de serrement, qui dure entre 30 minutes et 7 jours. Elle n'est pas, en général, aggravée par l'activité physique. Elle est causée par des spasmes musculaires situés au niveau du cou, qui sont souvent dus à des subluxations cervicales (vertèbre bloquée et très légèrement déplacée).

Les patients migraineux, quant à eux, décrivent habituellement un mal de tête unilatéral, modéré à sévère, pulsatile (suit les mouvements de votre cœur), et ils sont sensible au bruit et ou à la lumière. Ils ont fréquemment des nausées et des vomissements. Ils peuvent aussi avoir des auras (symptômes neurologiques à prédominance visuelle qui précèdent la migraine). La cause précise de ces dernières n'est pas encore bien connue. Par contre, le stress, la fatigue, les changements hormonaux et l'alimentation sont des facteurs qui favorisent son apparition.

### **Que peut faire le chiropraticien pour vos maux de tête?**

Le chiropraticien, étant donné à sa solide formation, peut diagnostiquer le type de votre mal tête. Lorsqu'il connaîtra précisément votre problème, il pourra vous traiter ou vous référer si votre condition ne peut l'être par ses soins. Par contre, la majorité des maux de tête, entre autres la migraine et la céphalée de tension, répondent bien aux soins chiropratique. Ses dernier comprennent habituellement des mobilisations ou des ajustements de la colonne vertébrale, du travail musculaire (massages thérapeutiques), des exercices posturaux ainsi que des conseils sur votre alimentation et sur des techniques de relaxation.

**prochaine parution 2 octobre**

P02R1313665



**CENTRE CHIROPRATIQUE**

DR SYLVAIN HOULE  
CHIROPRAATICIEN DC

**[www.monchirovicto.com](http://www.monchirovicto.com)**



162 Boul. des Bois-Francis Nord,  
Victoriaville



**819 758-3557**