



MIGRAINES, MAUX DE TÊTE

et acupuncture

De plus en plus de personnes souffrent de migraines et ne savent pas comment elles sont apparues, ni comment s'en débarrasser. Ce problème est imprévisible et condamne la personne au repos forcé pendant un temps indéterminé. La médication peut dépanner lorsque la migraine arrive, ce qui est d'un grand secours, mais malheureusement, rares sont les personnes qui peuvent dire « adieu migraine » avec un comprimé!

- Mylène Garon-Labrecque

LA MIGRAINE ET LES MAUX DE TÊTE

La migraine est un mal de tête qui n'est pas ordinaire. Certaines caractéristiques nous permettent de l'identifier clairement. La douleur sera souvent ressentie d'un seul côté de la tête, au niveau de la tempe ou de l'œil et peut se manifester par un élancement aigu accompagné de pulsations. La personne peut sentir son arrivée par l'altération de la vision (perte de vision, points lumineux, etc.). Dans les cas plus intenses, il peut même y avoir des nausées et des vomissements. La personne qui en souffre peut être invalide jusqu'à 72 heures.

Entre eux, les maux de tête sont bien différents selon l'endroit de leur apparition. Il est important de les différencier en médecine traditionnelle chinoise. Par exemple, un mal de tête qui est situé sur la région du front vient souvent de la rate et de l'estomac. Il peut donc être associé à une réaction allergique à certains aliments ou une difficulté à digérer certaines choses. Un mal de tête qui pulse sur les tempes sera souvent associé au foie et à la vésicule biliaire. En acupuncture, les maux de tête sont traités en fonction des symptômes ressentis.

Les causes ne sont pas clairement identifiées, mais certains facteurs influencent la fréquence d'apparition comme l'alimentation, le stress, les émotions et l'activité physique. Aussi, les personnes dont les parents ont souffert de migraines sont plus à risque d'en développer.

L'ACUPUNCTURE, MÉDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE

En médecine traditionnelle chinoise, la migraine est perçue de façon différente. Dans la majorité des cas, l'organe directement impliqué est le Foie. Le foie est responsable de la libre circulation du Qi (énergie) dans le corps et lorsqu'il est congestionné, l'énergie ne peut circuler adéquatement. Il se produit donc un ralentissement qui se transformera en chaleur, soit en énergie Yang. Ce ralentissement peut être causé par plusieurs facteurs comme les aliments épicés et gras, le café, le stress et les émotions, le manque de sommeil, etc.

Ce qui se produit est simple ; l'énergie bloquée surchauffe dans le foie et sort sous pression périodiquement et monte dans le corps. Cette énergie Yang monte à la tête provoquant ainsi des douleurs (dos, cou, tempes, yeux...) souvent accompagnées par des troubles de vision, des sensations de chaleur et de soif, des transpirations et un teint rouge. Le Yin et le Yang sont normalement en constant équilibre dans le corps. Pour que le Yang deviennent en excès dans le corps, il doit inévitablement y avoir un Yin qui est déficient. La Rate peut subir l'excès du Qi du foie qui provoquera des nausées et des vomissements.

Le foie étant aussi le premier organe responsable des muscles et tendons du corps pourrait être aussi impliqué dans les maux de tête dus aux tensions situées dans le dos, les épaules et le cou.

LE TRAITEMENT

En acupuncture, le traitement consiste à stimuler certains points sur le corps à l'aide de fines aiguilles afin que l'énergie du foie circule harmonieusement et rééquilibrer le Yang qui est en excès par rapport au Yin. On attaque le problème à la source afin de limiter les risques de récurrences. Le choix des points est basé sur une bonne évaluation du problème. Peut-être pourra-t-on finalement dire « adieu migraine » ?



Mylène Garon-Labrecque évolue dans le domaine de la santé depuis 2002. Après avoir travaillé comme préposée aux bénéficiaires et comme thérapeute en réadaptation physique, elle a poursuivi son chemin en acupuncture. C'est depuis 2008 qu'elle est acupuncteur et travaille dans le quartier de Sainte-Rose à Laval.

Pour plus d'informations,
visitez le www.acupuncture-laval.com

Clinique d'acupuncture Mylène Garon-Labrecque
144 boul. Curé-Labelle, Sainte-Rose, Laval, H7L 2Z4
(514) 686-7346