



Préparer sa visite chez le médecin

V.1.1 du document (mise à jour : 29.06.2021) – Questions, remarques ou améliorations ? Contactez-nous

La migraine est une maladie caractérisée par des douleurs intenses, souvent violentes et répétées dans la tête. Les douleurs sont de type pulsatile. Une migraine dure de quelques heures à plusieurs jours (2 ou 3). Elle est localisée sur un seul côté de la tête, à la différence d'une céphalée de tension touchant toute la tête (ou en tout cas le haut). Lors d'une crise de migraine, la douleur peut être tellement intense au point d'interférer sur les activités quotidiennes.

Il est ainsi important de poser les bonnes questions au cours de votre visite médicale pour mieux prendre en charge cette maladie.

Découvrez tout d'abord un petit [glossaire de termes utiles pendant votre consultation](#) :

| | |
|------------------------------------|---|
| Céphalée | Mal de tête. |
| Aura | Troubles neurologiques transitoires qui apparaissent avant la crise migraineuse. |
| Douleur pulsatile | Une douleur battante, répondant aux pulsations artérielles, que l'on ressent dans la tête dans le cas d'une migraine. |
| Photosensibilité | Sensibilité, vives réactions à la lumière. |
| Analgésique (ou antalgique) | Médicament qui prévient ou diminue la sensation de douleur. |
| Antiémétique | Médicament qui agit contre les vomissements et les nausées. |



Questions pour une bonne conversation avec votre médecin (liste non exhaustive) :

Symptômes

- Qu'est-ce qui a pu déclencher mes migraines ?
- Quelles sont les autres causes possibles ?
- Est-ce que mes symptômes sont graves ?

Diagnostic

- Est-ce que j'ai besoin de faire des tests pour confirmer le diagnostic ? Lesquels ?
- S'agit-il de migraines temporaires ou chroniques ?

Traitements

- Quels médicaments me proposez-vous de prendre ?
- Y a-t-il des effets secondaires ?
- Il faut combien de temps en moyenne à ces médicaments pour agir ?
- Que dois-je faire si les symptômes ne s'améliorent pas après la prise des médicaments ?
- Les alternatives non médicamenteuses comme l'acupuncture peuvent-elles m'aider en complément de mon traitement ?

Bons conseils

- Quels changements d'habitudes, de régime alimentaire ou de style de vie me conseillez-vous ?
- Qu'est-ce qui pourrait améliorer ou atténuer plus rapidement les symptômes ?

Remarques ou autres questions à rajouter

Contactez par e-mail Creapharma.ch (xavier.gruffat@pharmanetis.com) avec titre dans l'e-mail :
Référence guide migraine