

Première étude indépendante pour évaluer l'impact de cette maladie «non visible» qu'est la migraine

# Un tiers de la population touchée

par Christian Mathieu

A la tête de vingt-quatre partenaires issus de quinze pays, le CRP Santé est l'initiateur et coordinateur du projet européen EUROLIGHT: première étude indépendante pour évaluer l'impact de cette maladie «non visible» qu'est la migraine.

Les maux de tête, scientifiquement appelés céphalées, touchent un grand nombre de personnes. Pourtant, ce phénomène a été très peu étudié bien qu'il ait déjà été évoqué vers 1500 avant J.-C. par les Egyptiens. De nombreuses personnalités historiques telles que Hippocrate, Jules César ou Blaise Pascal ont été touchées par des céphalées. Mais ce n'est qu'à partir des années 1990 que la migraine est reconnue officiellement par l'OMS comme maladie neurobiologique.

Estimant qu'il y avait très peu d'informations au Luxembourg à ce sujet, le CRP Santé lance, il y a déjà plus de cinq ans, le premier projet pilote de recherche dans cette thématique: le projet BURMIG. Ce dernier, qui s'est déroulé de 2004 à 2006, était une première étape pour mesurer la prévalence de la migraine et des maux de tête au Luxembourg, pour mettre en place une véritable coopération avec les acteurs et sensibiliser les politiciens à l'impact des migraines. En raison des résultats alarmants de cette première étude pilote au Luxembourg, le projet européen EUROLIGHT a pu être lancé en 2007.

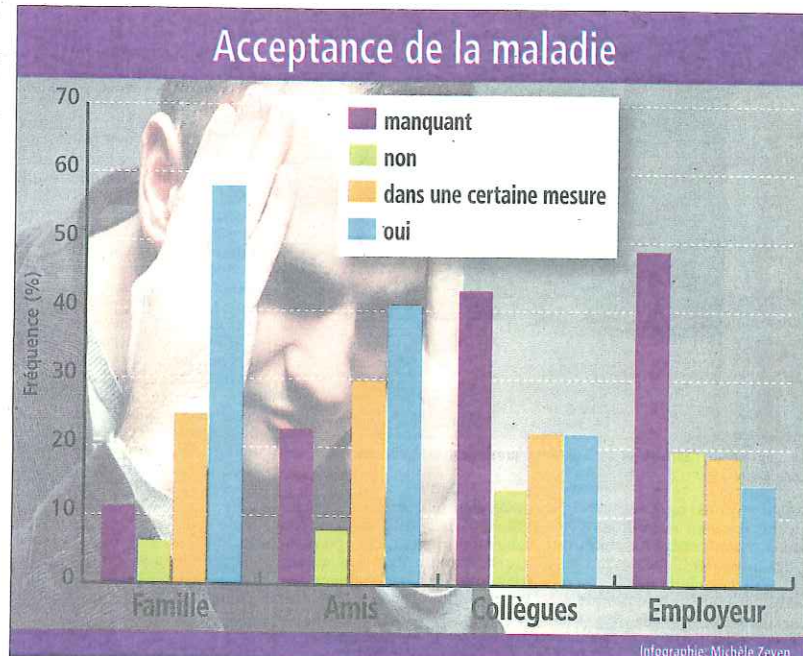
Pour Colette Andree, gestionnaire du projet EUROLIGHT et directrice de la Fondation Swiss Migraine Trust, «l'éducation des spécialistes de la santé ainsi que la sensibilisation générale de la population à la migraine est la clé pour atténuer l'impact de la migraine».

L'étude EUROLIGHT, qui se poursuivra jusqu'en mai 2010, porté sur l'ensemble des céphalées primaires c'est-à-dire des maux de tête survenant sans aucun lien avec une autre pathologie ou traumatisme identifiable. Une céphalée primaire est bien une maladie en soi.

On distingue actuellement plus de 190 céphalées différentes dont plus de 90 % sont des céphalées primaires. La migraine en est la forme la plus connue.

## La migraine et ses conséquences

On estime qu'au Luxembourg plus de 60.000 personnes sont touchées par la forme la plus



répandue et douloureuse des céphalées primaires: la migraine. Les effets interviennent de façon chronique, généralement entre l'âge de 18 et 60 ans et touchent 39 % des femmes et 25 % des hommes. La migraine touche donc plus de 30 % de la population pendant sa vie active.

Selon les premiers résultats de l'étude, l'absence au travail due à la migraine est de 10 jours par an par personne, ceci en rapport avec le nombre de personnes affectées donne une idée de l'impact économique de cette maladie. On estime le coût de la migraine, en termes de perte de capacité de travail, à 27 milliards d'euros en Europe.

D'autre part, l'impact au niveau familial est non négligeable avec 20 jours par an de vie de privé passés au lit, ne supportant ni bruit, ni lumière. La migraine engendre de nombreux embarras dans la vie de tous les jours ainsi que dans la vie de couple, tant de manière directe que de façon indirecte en affectant la vie sociale du partenaire.

Le manque de sensibilisation de la population à cette maladie engendre également un manque d'acceptation surtout au niveau professionnel pouvant aller jusqu'au harcèlement, en-

gendrant frustration, sentiment d'infériorité et parfois même une discrimination au sein de l'entreprise. Grâce à l'enquête réalisée dans chacun des pays européens concernés, avec plus de 500 questionnaires par pays, les chercheurs sont en mesure de collecter toutes sortes d'informations, telles que la stigmatisation: plus de 60 % de la population étudiée a été confrontée à au moins une idée fautive sur les maux de tête.

Le mythe le plus rencontré est que les maux de tête seraient liés au stress (pour 32 % des sujets). 31 % des personnes interrogées ont été confrontées au fait que le mal de tête ne serait qu'une excuse. Pour 26 % des sujets, un mythe populaire rencontré est que le mal de tête est exclusivement réservé aux femmes et chez 24 % des sujets, il a déjà été affirmé que le mal de tête fait simplement mal et qu'il est possible de le supporter facilement.

Les sondages révèlent par ailleurs que 50 % des migraineux seraient atteints d'anxiété et que 25 % souffriraient même d'un état dépressif. Aucune relation de causalité n'a été démontrée à ce jour. Cependant il est possible d'affirmer qu'il existe un lien clair entre les maux de tête chroniques et la qualité de vie. L'acceptance de la maladie: si la

famille (plus de 58 %) et les amis (plus de 40 %) se montrent plutôt compréhensifs face à la maladie, les collègues de travail (22 %) et l'employeur (14 %) le sont beaucoup moins. (Source: CRP Santé)

## 68 % des migraineux ne sont pas diagnostiqués

Autre phénomène inquiétant que relève l'étude EUROLIGHT: seulement 32 % des migraineux ont été diagnostiqués. Pourtant, les symptômes sont clairement définis, à savoir: mal de tête unilatéral, douleur pulsatile d'intensité moyenne à forte, accrue en cas d'activité physique; ceci parfois accompagnée de

nausées, vomissements, sensibilité à la lumière et au bruit et autres manifestations neurologiques comme des troubles visuels, de la parole ou des fourmillements. Cette situation résulterait d'un manque de formation et de sensibilisation au sein de la communauté médicale, qui souvent ne détecterait pas les céphalées primaires et ne seraient donc pas en mesure de prescrire un traitement adapté. On estime que seulement 10 % des migraineux suivent actuellement un traitement adapté.

Les facteurs déclencheurs d'une céphalée primaire sont multiples et surtout individuels. Il est donc important de faire un entretien individuel très précis avec chaque patient afin de diagnostiquer correctement quelle est la forme de céphalée dont il souffre pour lui prescrire un traitement adéquat. C'est en outre le but du projet EUROLIGHT: formuler des recommandations pour la prise en charge et le traitement des maladies de maux de tête. Afin d'améliorer les conditions de vie des patients qui en souffrent, il est également prévu d'initier le dialogue entre les résultats des chercheurs, les médecins qui traitent les patients et la société sur la migraine et les maux de tête répétitifs. Ceci comprenant de mettre en œuvre une collaboration interdisciplinaire (professionnels de la santé, personnes concernées, pouvoirs publics).

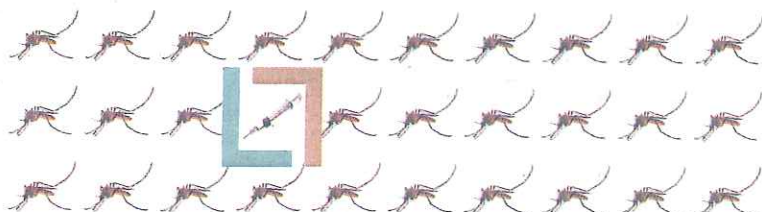
De plus, il semble important d'éduquer les citoyens à présenter leurs symptômes à leur médecin traitant, de travailler sur les idées reçues et la signification des maux de tête pour améliorer la prise en charge de cette maladie chronique par les patients eux-mêmes et d'améliorer le suivi et la communication avec les professions médicales ainsi que de pallier le manque d'information et de formation.

## Qu'est-ce que le projet EUROLIGHT?

L'étude qui est financée en partie par l'Union européenne (40 %) et par les partenaires nationaux, pour le Luxembourg le ministère de l'Enseignement supérieur et de la Recherche (60 %) vise à estimer la prévalence des maux de tête au niveau européen et à évaluer leurs impacts physiques, émotionnels, socio-économiques ainsi qu'à recenser les besoins des patients. Ces in-

formations contribueront à élaborer des stratégies européennes pour une gestion optimale des maux de tête et définir des recommandations visant la diminution de l'impact socio-économique et l'augmentation de la qualité de vie des individus.

[www.crp-sante.lu](http://www.crp-sante.lu)  
[www.eurolight-online.eu](http://www.eurolight-online.eu)  
[www.migraine-action.ch](http://www.migraine-action.ch)



La recherche au Luxembourg.  
 Pour vous. Pour votre vie quotidienne.

Fonds National de la  
 Recherche Luxembourg

[www.fnrlu](http://www.fnrlu)

INVESTIGATING FUTURE CHALLENGES