

# Souvent banalisée, la migraine, sous toutes ses formes, touche 1 adulte sur 5 en France

Sep 05, 2017

La semaine mondiale de la migraine, qui se tient du 3 au 9 septembre 2017, est l'occasion de faire le point sur une véritable maladie. Souvent banalisée, mais aussi ignorée par 60 % des patients eux-mêmes<sup>2</sup>, la migraine est pourtant réellement invalidante au quotidien pour de nombreux français.

- Un français sur 5 souffre d'une forme de migraine<sup>1</sup>, pourtant près de 2/3 (60%) d'entre eux l'ignorent<sup>2</sup>. Les femmes sont trois fois plus touchées que les hommes<sup>1</sup> et les personnes de moins de 55 ans davantage migraineuses<sup>2</sup>.
- La migraine se manifeste par des céphalées caractéristiques. On distingue les migraines avec ou sans aura. La migraine sans aura est la plus fréquente, représentant environ 80 % des migraines<sup>3</sup>. La migraine avec aura s'accompagne de symptômes neurologiques : visuels (dans 90 % des cas) ou sensitifs, de troubles phasiques (troubles qui affectent le langage)<sup>1</sup>.
- Générant douleurs et angoisses, la migraine a des impacts non seulement physiques et psychologiques mais aussi des répercussions sociales et sociétales<sup>5</sup>.
- Afin de mieux comprendre et faire connaître l'impact de la migraine, Novartis met en place des enquêtes auprès des patients.

## **VRAI / FAUX SUR LA MIGRAINE... FAITES LE TEST !**

**La migraine, c'est un simple mal de tête...**

**FAUX<sup>1</sup>**

« La migraine est une véritable maladie : par son caractère stéréotypé, sa définition précise, sa réponse à des traitements dédiés... » explique le Dr Roos, neurologue et responsable du Centre d'Urgences des Céphalées au sein du Pôle « Neuro-Sensoriel Tête et Cou » de l'hôpital Lariboisière. Elle doit être distinguée de la céphalée de tension classique, communément appelé mal de tête, qui est caractérisée par une douleur plus diffuse, moins intense, non pulsatile. De plus, cette douleur n'est pas aggravée par l'effort et ne s'accompagne pas de symptômes digestifs. A noter qu'une même personne peut souffrir de migraine et de céphalée de tension<sup>1</sup>.

**La migraine, c'est une fatalité, on ne peut rien y faire...**

**FAUX<sup>1</sup>**

Une fois le diagnostic posé, la migraine se traite. Il existe des traitements à prendre lors des crises : les traitements non spécifiques (antalgiques et anti-inflammatoires non stéroïdiens) et les traitements spécifiques (triptans et dérivés ergotés). Selon l'intensité et la fréquence des crises, il est aussi possible de bénéficier d'un traitement prophylactique qui vise surtout à réduire la fréquence des crises. Les thérapies cognitives ou comportementales permettant de gérer le stress ont aussi fait la preuve de leur efficacité.

**La migraine ne touche que les femmes**

**FAUX<sup>1</sup>**

Si la migraine affecte trois fois plus de femmes que d'hommes, ces derniers peuvent tout autant souffrir de cette affection invalidante. Face à des maux de tête présentant les caractéristiques de la crise migraineuse, les hommes comme les femmes doivent consulter leur médecin traitant et, le cas échéant, un neurologue.

**La migraine, ça n'est pas une maladie grave**

**VRAI, mais...**

Il est vrai que si la migraine n'a pas d'impact sur l'espérance de vie, elle en compromet singulièrement la qualité ! En France, plus d'un migraineux sur deux se révèle anxieux et/ou dépressif et environ 20 % les deux<sup>2</sup>. A ce titre, le fardeau qu'elle représente est reconnu par l'OMS<sup>8</sup>.

Rueil-Malmaison, le 31 août 2017

## **La migraine n'est pas qu'un simple mal de tête !**

La migraine est une affection particulièrement fréquente, touchant jusqu'à un adulte sur cinq (17 à 20 %)<sup>1</sup>. Elle se définit par des maux de

tête répétés apparaissant sous forme de crise, un examen clinique normal et la présence de caractéristiques spécifiques<sup>1</sup>. On distingue les migraines avec ou sans aura. Cette distinction repose sur des critères diagnostiques précis aisément utilisables en pratique quotidienne (Voir annexe).

La migraine sans aura est la plus répandue, représentant environ 80 % des migraines<sup>3</sup>. Les crises sont fréquentes (2 ou plus par mois pour la moitié des migraineux) et très douloureuses (sévères ou très sévères pour 48 à 74 %)<sup>1</sup>.

La migraine se caractérise par une forte prédominance féminine, les femmes étant trois fois plus touchées que les hommes<sup>1</sup>. Elle est plus fréquente chez les personnes âgées de moins de 55 ans<sup>2</sup>. Les enfants peuvent aussi souffrir de migraine. Il n'existe pas de données françaises sur le sujet mais, si l'on suit les données internationales, elle affecterait de 3 à 10 % d'entre eux<sup>2</sup>.

**Le saviez-vous ?** De nombreuses personnalités ont souffert de migraine, dont des hommes particulièrement célèbres (ce qui prouve que la migraine n'est pas l'apanage des femmes !) : Victor Hugo, André Gide, ou encore Chopin, Maupassant et Sigmund Freud !

Bien que les critères diagnostiques soient clairement établis depuis près de 30 ans<sup>1</sup>, **près de 60 % des migraineux ne savent pas qu'ils souffrent de cette maladie**<sup>2</sup>.

Certaines migraines s'accompagnent d'un phénomène qui précède la douleur : l'aura, caractérisé par des symptômes neurologiques visuels (dans 90% des cas) ou sensitifs, des troubles phasiques (troubles qui affectent plus ou moins la parole et le langage)<sup>1</sup>. « *L'aura est une source d'angoisse pour le patient. Il craint souvent que les symptômes ne soient pas réversibles* » rappelle le Dr Roos.

## **Migraine : impacts physique, psychologique, social et sociétal**

La migraine est une affection ne présentant pas de caractère de gravité particulier, mais elle représente toutefois un réel fardeau individuel et collectif.

Une analyse a été réalisée, avec le soutien de Novartis, sur la base d'une enquête menée en 2016 auprès de plus de 80 000 adultes en France, en Allemagne, en Italie, en Espagne et au Royaume Uni dont 16340 ont souffert d'une migraine dans l'année précédente<sup>4</sup>. Elle montre l'altération significative de la qualité de vie des migraineux<sup>4</sup>.

Selon une étude européenne rétrospective, menée de Juin 2015 à Juillet 2016, dans laquelle 3900 adultes souffrant de migraine devaient reporter dans une application mobile des informations relatives à leur migraine\*, 95% des migraineux rapportent un impact de leur maladie sur leurs activités quotidiennes, la migraine affectant 27.6 % des jours de l'année<sup>5</sup>. 2/3 rapportent une intensité douloureuse  $\geq 5$  (sur une échelle allant de 1 à 10), limitant ou empêchant les activités quotidiennes<sup>5</sup>.

Comme le précise le Dr Roos, la migraine est aussi invalidante qu'angoissante : « *Certaines formes sont très invalidantes. Ce caractère peut être lié à la crise elle-même, avec des douleurs et des signes digestifs majeurs. Il peut être lié à la fréquence des crises mais aussi à leur durée, pouvant atteindre 2 ou 3 jours.* »

Au-delà de la douleur et de la gêne qu'elle génère lors des crises, la migraine a d'autres retentissements, notamment au niveau central. Un migraineux sur deux (51 %) reconnaît souffrir de troubles du sommeil<sup>5</sup>. En France, plus d'un migraineux sur deux se révèle anxieux et/ou dépressif et environ 20 % les deux<sup>2</sup>. Cercle vicieux, la coexistence de la dépression et de l'anxiété est associée à une diminution de la perception de l'efficacité des traitements de la crise migraineuse<sup>2</sup>.

Son impact est tout autant sensible au niveau professionnel ou social. Un tiers des migraineux ressent en effet un handicap (évalué sur les trois mois précédents) les affectant plus de 6 jours par mois selon la classification du questionnaire MIDAS (Migraine Disability Assessment) : 17.2% sont gênés professionnellement et/ou socialement de 6 à 10 j/mois, 11.7% de 11 à 20 j/mois et 6.1% plus de 20 jours par mois (2,6).

Sur le plan professionnel, selon une analyse rétrospective menée en 2016 auprès de plus de 80 000 adultes en France, en Allemagne, en Italie, en Espagne et au Royaume Uni dont 16340 ont souffert d'une migraine dans l'année précédente, 38,7 % des patients atteints de migraine rapportent une altération de la productivité au travail<sup>4</sup>.

Selon une autre étude européenne rétrospective, menée de Juin 2015 à Juillet 2016, dans laquelle 3900 adultes souffrant de migraine devaient reporter dans une application mobile des informations relatives à leur migraine\*, une migraine sur quatre est à l'origine d'une absence professionnelle<sup>7</sup>. Au total, c'est plus de 30 jours par an de perdus, illustrant l'important impact de la migraine sur la productivité<sup>7</sup>. « *Or, il est parfois difficile de faire reconnaître son état, que ce soit par son entourage professionnel, social ou même familial* » note le Dr Roos.

Au-delà même de l'impact de la maladie, le comportement adaptatif du patient retentit sur sa qualité de vie. « *De fait, le handicap tient fréquemment aux stratégies d'évitement mises en place par les patients eux-mêmes : éviction des changements de rythme, de l'exposition au soleil, de la consommation d'alcool... identifiés comme déclencheurs potentiels de la crise* » note le Dr Roos. « *Or ces stratégies, parfois complexes, sont sources de stress et peuvent constituer, paradoxalement, des facteurs déclenchant la crise !* ».

## **Novartis s'engage dans la lutte contre la migraine**

Fort de ces enseignements, Novartis s'engage dans la lutte contre la migraine et le fardeau qu'elle représente en soutenant activement la recherche.

\*(telles que leurs symptômes, la localisation de la douleur, l'impact de leur pathologie sur leur quotidien)

## A propos de Novartis

Novartis propose des solutions de santé innovantes adaptées à l'évolution des besoins des patients et des populations. Basé à Bâle, en Suisse, Novartis offre un portefeuille diversifié qui satisfait au mieux ces besoins : médicaments innovants, génériques et biosimilaires ainsi que soins ophtalmologiques. Novartis occupe des positions de leader mondial dans ces domaines. En 2016, le Groupe a réalisé un chiffre d'affaires net d'USD 48,5 milliards, alors que ses investissements en R&D se sont élevés à environ USD 9,0 milliards. Les sociétés du Groupe Novartis emploient quelque 119 000 collaborateurs et les produits de Novartis sont disponibles dans 155 pays environ. Pour plus d'informations : <http://www.novartis.com>.

### Contacts presse:

#### Publicis Health

Céline PERRIN

[celine.perrin@publicishealth.com](mailto:celine.perrin@publicishealth.com)

01 58 47 79 87

Marie GERMOND

[marie.germond@publicishealth.com](mailto:marie.germond@publicishealth.com)

01 58 47 25 70

## Références

1. Lanteri-Minet M et al. Revised French guidelines for the diagnosis and management of migraine in adults and children. The Journal of Headache and Pain 2014, 15:2
2. Lanteri-Minet M et al. Epidemiology of migraine: French key descriptive data. Rev Neurol 2016 ;172 :56-58
3. Société française d'étude des migraines et des céphalées. Comprendre la migraine. 29 août 2018. Disponible sur <http://sfemc.fr/maux-de-tete/la-migraine/4-c-est-quoi-la-migraine.html?highlight=WyJtaWdyYWluZSIsInNhbnMiLCJhdXJhliwibWlncmFpbmUgc2FucyIsIm1pZ3JhaW5lIHhbnMgYXVvYSIsInNhbnMgYXVvYSJd>
4. Vo P et al. Burden of migraine in the 5EU from the patient perspective: A cross-sectional analysis of National Health and Wellness Survey (NHWS) data. Poster EP 3079. 3rd Congress of the European Academy of Neurology, Amsterdam, 24-27 juin 2017.
5. Paris N et al. A descriptive analysis of the burden of migraine based on self-reported migraine diary data using the Migraine Buddy application in Europe. Poster EP 3080. 3rd Congress of the European Academy of Neurology, Amsterdam, 24-27 juin 2017.
6. Antalvite. Questionnaire MIDAS. 29 août 2018. Disponible sur [www.antalvite.fr](http://www.antalvite.fr)
7. Paris N et al. Understanding the impact of migraine on work productivity using self-reported migraine diary data using the Migraine-Buddy® application in Europe. Poster EP 3081. 3rd Congress of the European Academy of Neurology, Amsterdam, 24-27 juin 2017.
8. Céphalées. 30 août 2018. Disponible sur <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs277/fr/>

## ANNEXES

La migraine sans aura répond aux critères suivants <sup>1</sup> :

A. Au moins 5 crises répondant aux critères B à D

B. Crise durant 4 à 72 heures (en l'absence de traitement ou en cas de traitement inefficace)

C. Céphalée présentant au moins 2 des caractéristiques suivantes

1. unilatérale
2. pulsatile
3. intensité modérée à sévère
4. douleur aggravée par ou nécessitant l'arrêt d'activités physiques de routine (par ex. marcher, monter les escaliers)

D. Pendant la crise douloureuse, présence d'au moins l'un de symptômes suivants

1. nausées et/ou vomissements
2. Photophobie et phonophobie

E. Exclusion de tout autre diagnostic

En présence des 5 critères, parle de migraine sans aura « stricte ». Si l'un des critères A, B, C ou D n'est pas rempli, on pose le diagnostic de migraine sans aura « probable ».

La migraine avec aura se définit comme suit : <sup>1</sup>

A.  $\geq 2$  crises répondant aux critères B et C

B.  $\geq 1$  symptôme totalement réversible parmi les suivants :

1. visuel
2. sensoriel
3. affectant l'élocution ou le langage
4. moteur
5. affectant le tronc cérébral
6. rétinien

C.  $\geq 2$  des caractéristiques suivantes

1.  $\geq 1$  symptôme d'aura d'apparition progressive sur  $\geq 5$  minutes et/ou 2 symptômes apparaissant successivement ou plus
2. chaque symptôme dure de 5 à 60 minutes
3.  $\geq 1$  symptôme est unilatéral
4. l'aura est accompagnée ou suivie dans les 60 minutes d'une céphalée

E. Exclusion de tout autre diagnostic, notamment un accident ischémique

F500156 – septembre 2017

---

**Source URL:** <https://www.novartis.com/fr-fr/actualites/communiqués-de-presse/souvent-banalisee-la-migraine-sous-toutes-ses-formes-touche-1-adulte-sur-5-en-france>

#### List of links present in page

- <https://www.novartis.com/fr-fr/actualites/communiqués-de-presse/souvent-banalisee-la-migraine-sous-toutes-ses-formes-touche-1-adulte-sur-5-en-france>
- <https://www.novartis.com/>
- <mailto:celine.perrin@publicishealth.com>
- <mailto:marie.germond@publicishealth.com>
- <https://sfemc.fr/maux-de-tete/la-migraine/4-c-est-quoi-la-migraine.html?highlight=WyJtaWdyYWluZSIsInNhbnMiLCJhdXJhliwibWlncmFpbmUgc2FucyIsIm1pZ3JhaW5lIHhbnMgYXVvYSIsInNhbnMgYXVvYSJd>
- <http://www.antalvite.fr/>
- <https://www.who.int/fr/news-room/fact-sheets/detail/headache-disorders>