

Le Cefaly: un traitement des migraines?

L'APPAREIL CEFALY FAIT PARLER DE LUI. POUR DES PATIENTS LASSÉS DES MÉDICAMENTS, CETTE NOUVELLE TECHNIQUE PEUT ÊTRE ATTRAYANTE. MAIS QUELLES SONT LES PREUVES DE SON EFFICACITÉ ? AVANT D'INVESTIR, LISEZ-CECI.

Cet article est basé sur l'étude PREMICE, *Migraine prevention with a supraorbital **transcutaneous** stimulator: a randomized controlled trial.*

Schoenen J, Vandersmissen B, Jeangette S, Herroelen L, Vandenhede M, Gérard P, Magis D. *Neurology*. 2013 Feb 19;80(8):697-704.

Qu'est-ce que le Cefaly ?

Le Cefaly est un appareil qui envoie des signaux électriques qui doivent stimuler les nerfs sensitifs du visage. L'influx nerveux passe donc dans le nerf trijumeau et se rend dans la boîte d'intégration électrique de ce nerf, le noyau du trijumeau, dans le tronc cérébral. Cette zone est probablement impliquée dans le déclenchement des migraines. La neurostimulation est utilisée en neurologie pour d'autres conditions comme le Parkinson. On pense qu'en modifiant la transmission nerveuse d'un réseau qui fonctionne mal, les symptômes peuvent s'atténuer. Donc, en envoyant des pulses électriques dans le réseau du nerf trijumeau, on pourrait contrôler les migraines.

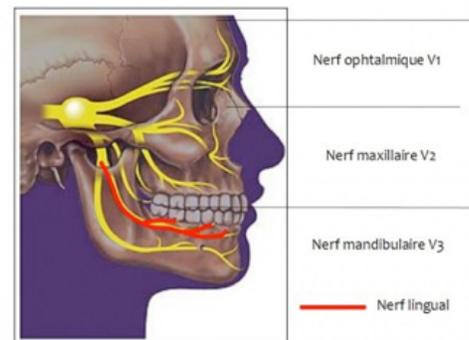
Quels seraient les avantages théoriques du Cefaly ?

Pourquoi les gens sont-ils si curieux à son sujet ? Beaucoup de personnes n'aiment pas prendre des médicaments tous les jours (traitement préventif). Les médicaments ont effectivement des effets secondaires. Le principe du Cefaly, qui évoque un appareil futuriste et qui reste externe au corps, est plus facilement accepté. De plus, on croit que les effets secondaires seront moins importants qu'avec les pilules.

Le Cefaly est nouveau, ce qui suscite un intérêt. Le temps dira si son efficacité convainc les migraineux.



L'appareil de neurostimulation Cefaly ressemble un peu à un diadème que l'on place sur le front et les tempes.



La neurostimulation vise les branches frontales et temporales du nerf trijumeau. Le signal est relayé vers le cerveau.

Qui a réalisé cette étude scientifique sur le Cefaly ?

Un groupe belge, mené par un chercheur très compétent et bien connu dans le monde des céphalées, le Dr Jean Schoenen (avis personnel). L'étude a été subventionnée par les institutions belges et non par la compagnie qui fabrique le Cefaly.

Qui a participé à l'étude ?

67 personnes migraineuses ont participé. Ces personnes avaient en moyenne 7 jours de migraine par mois (et au minimum 2 crises par mois). On doit donc souligner que ces personnes n'avaient PAS de migraine chronique ou de céphalée quotidienne.

On peut aussi noter que 3-4 crises par mois c'est peu et que la plupart des gens qui cherchent des traitements pour leurs migraines ont plus que 4 crises par mois. Attention, ces personnes n'étaient donc PAS des migraineux chroniques réfractaires. Ils n'avaient pas de traitement préventif en cours. Ils n'avaient pas non plus des maux de tête de tension fréquents en plus des migraines. Il est très important lorsqu'on regarde une étude scientifique de s'assurer que les personnes étudiées ressemblent aux personnes qui vont vraiment essayer le traitement, quel qu'il soit.

Comment ces personnes utilisaient-elles le Cefaly ?

Le protocole utilisé était basé sur 20 minutes d'utilisation par jour pendant 3 mois. Le groupe «placebo» utilisait tout de même le Cefaly, mais la stimulation électrique était moins forte. Il se peut que certains patients aient deviné à quel groupe ils appartenaient à cause de ceci.

On remarque qu'en réalité les gens ont utilisé le Cefaly 60 jours/90, sans doute pour des raisons de temps.

Y'avait-il des effets secondaires ?

Aucun effet secondaire (adverse event) n'a été signalé.

Quels étaient les résultats ?

Groupe Cefaly : 6,9 jours de migraine par mois au départ, 4,9 à l'arrivée. On diminue donc de 2 jours.

Groupe Placebo : 6,5 au départ, 6,2 à la fin, donc pas de diminution évidente.

Autres paramètres :

Le taux de répondeurs (pourcentage du groupe qui s'est amélioré de plus de 50%) : 38% versus 12%. Donc en gros 3 fois plus de personnes utilisant le vrai Cefaly ont eu une amélioration de plus de 50% de leur nombre de crise.

Plus de gens satisfaits du Cefaly (70% vs 40%) Davantage de personnes utilisant le vrai Cefaly ont diminué leur consommation de traitement de crise (36% vs 0%)

Que peut-on conclure de cette étude ?

1. Le Cefaly semble être une technique prometteuse de contrôle des migraines.
2. L'effet positif (50% mieux) du Cefaly est obtenu par 4 patients sur 10.
3. Le Cefaly est bien toléré.
4. Les patients ont eu de la difficulté à utiliser le Cefaly chaque jour. On ne sait donc pas si une utilisation plus régulière pourrait produire de meilleurs résultats.
5. L'effet du Cefaly chez des patients avec des migraines fréquentes ou chroniques n'est pas démontré.
6. On ne sait pas encore s'il y a avantage à utiliser à la fois le Cefaly et des médicaments préventifs, mais il est possible d'utiliser les deux techniques.

<http://www.cefaly.ca/>

Le Cefaly est vendu 349,99\$ sans prescription.

Cependant, MGQ recommande de discuter l'utilisation du Cefaly avec votre médecin.