

MIGRAINE ET CÉPHALÉE DITE DE TENSION

La migraine est plus qu'un mal de tête.

Pour mieux savoir si on a une migraine ou un trouble de la céphalée, on doit comparer les symptômes.



Durée de la crise sans traitement
30 minutes à 7 jours

MIGRAINE



Intensité :
Modérée à sévère

Sensibilité à :

- la luminosité
- les odeurs
- les bruits
- le mouvement environnant

Douleur :

- unilatérale (plus intense d'un côté)
- pulsatile
- peut être accompagnée d'une aura
- accompagnée de nausées

CÉPHALÉE DITE DE TENSION



Intensité :
Légère à modérée

Douleur :

- bilatérale
- pression autour de la tête
- sensation d'un bandeau qui serre la tête
- douleurs et raideurs musculaires

➔ Peut être occasionnelle ou invalidante quotidienne



Durée de la crise sans traitement
4 à 72 heures

Ces informations doivent être prises à titre général.
Les symptômes peuvent varier d'une personne à l'autre.

Références

What type of headache do you have (pdf) <https://bit.ly/317Civz>
<https://migrainequebec.org/cephalee-de-tension-et-crise-de-migraine-comment-faire-la-difference/>
<https://migraine.com/migraine-types/tension-migraine>