

CEPHALEES ET REGLES

RESUME

A partir de quinze observations, l'auteur analyse les manifestations cliniques des céphalées survenant uniquement à l'occasion des règles, et envisage leur étiologie et leur traitement en fonction de la physiologie du cycle menstruel.

Mots clés : céphalées, règles.

SUMMARY

From fifteen observations, the author analyses the clinical manifestations of headaches occurring only at the time of period and considers both their etiology and treatment in accordance with the physiology of the menstrual cycle.

Keywords: headaches, period.

INTRODUCTION

La prépondérance féminine dans les céphalées est un fait démontré par nombre de statistiques. Parmi les facteurs déclenchants, le rôle de la menstruation est primordial.

Cette étude comprend deux parties :

la première décrit la façon dont se présentent les céphalées sur le plan clinique, à partir d'une série de quinze observations de malades venues consulter pour des céphalées ne survenant que pendant les règles, sans crise en dehors ;

la seconde envisage, après un rappel physiologique sur le mécanisme des règles selon la médecine traditionnelle chinoise, le diagnostic étiologique et le traitement.

ANALYSE DES OBSERVATIONS

Mode d'apparition des céphalées

Elles surviennent chez des femmes jeunes, en période d'activité génitale, de 20 à 45 ans.

Le trouble est rarement primaire (deux cas sur quinze au moment de la puberté), contrairement aux dysménorrhées des jeunes filles.

Il est plutôt secondaire et apparaît au cours de l'évolution de la vie. Il disparaît à la ménopause.

"Mes fameuses migraines ne restent plus qu'un mauvais souvenir, à condition de faire attention à l'alimentation..." disait l'une des patientes actuellement ménopausée.

La pilule ne les épargne pas (on note encore une différence avec les dysménorrhées). Dans six cas, les céphalées apparaissent après une prise continue d'oestro-progestatifs sans interruption [pilules classiques à climat progestatif dominant : Gynovlane, Planer, Stédiril].

Les deux céphalées apparues à la puberté ne sont pas soulagées par la pilule.

Caractères de la douleur

Toutes les céphalées sont de type *yang* : violentes, comme un arrachement, souvent pulsatiles, lancinantes.

Plutôt céphalées migraineuses que diffuses et globales, temporales ou frontales irradiées vers la tempe, la joue, toujours du même côté pour certaines, tantôt droite, tantôt gauche pour d'autres. Aggravées par la chaleur, elles sont calmées par le froid, l'application d'une vessie de glace ou une serviette mouillée d'eau froide.

Les patientes fuient toutes la lumière et le bruit, préférant l'obscurité et le calme. Incapables de tout effort, elles s'allongent quand elles le peuvent, la tête à plat.

La douleur est soulagée par la pression des doigts pour trois d'entre elles ; pour certaines, la tête semble devoir éclater quand elles la touchent ; chez quelques-unes, la douleur n'est pas accessible au doigt ; chez les autres, c'est la pression du globe oculaire du côté correspondant à la douleur qui soulage.

Les signes d'accompagnement sont variables, inconstants, à type de vertiges, éblouissements, bourdonnements d'oreilles, véritable "crise de foie" pour certaines : état de mal de mer, malaise, vomissements alimentaires ou bilieux ; pour d'autres, aucun autre symptôme que la douleur migraineuse ; néanmoins un état de mal-être particulier est toujours signalé au moment de la crise migraineuse.

Au total, il s'agit d'une douleur *yang*, répondant aux huit règles (diagnostiques), soit vide, soit plénitude, type exo- ou endocrânien pouvant retentir sur le globe de l'oeil. La connotation sang est souvent notée : douleur pulsatile, lancinante, aggravée par le vin et l'alcool.

Moment de la douleur

Elle se produit habituellement à une période déterminée du cycle, toujours la même pour une patiente donnée. Débutant souvent pendant le sommeil ou peu après le réveil, sans prodrome dans la plupart des cas.

Chez cinq patientes, la céphalée débute la veille des règles, devient violente le premier jour pour céder au deuxième jour lorsque l'écoulement menstruel devient abondant.

Chez quatre autres, elle apparaît dans la semaine qui précède les règles pour disparaître dès le premier jour de celles-ci, en même temps que d'autres troubles prémenstruels faits de congestion mammaire et abdomino-pelvienne, de rétention aqueuse, troubles de l'humeur et du caractère.

Deux patientes débutent leur céphalée dès le premier jour, en même temps que l'écoulement menstruel ; elle s'aggrave au deuxième jour et cède avec la disparition des règles.

A l'inverse, dans les quatre derniers cas, la céphalée apparaît à la fin des règles pour ne s'arrêter qu'au huitième ou dixième jour du cycle.

Ainsi la durée est toujours variable. Après son apparition, l'intensité augmente vite et, à l'acmé, elle dure au moins une demie ou une journée entière avant de s'arrêter, qu'elle soit calmée ou non par une médication. A ce moment, la patiente ressent une impression de libération, de mieux-être extraordinaire.

Quels médicaments calment la douleur ?

L'aspirine ne fait rien chez aucune. De même pour les antiprostaglandines qui agissent bien dans les dysménorrhées.

Les antalgiques soulagent peu, au même titre que la D.H.E. ou tartrate d'ergotamine, sauf en piqure. Le Séglor utilisé en continu s'avère efficace seulement dans les premiers mois.

Parmi les progestatifs, seuls les norstéroïdes utilisés tôt dans le cycle donnent des résultats.

En dehors de ces crises de céphalée, la plupart des malades vont bien, jusqu'à la prochaine crise. Certaines souffrent néanmoins de troubles digestifs entre temps, à type de digestion lente, dégoût du gras, bouche amère, constipation, et n'hésitent pas à nous dire : "c'est mon foie, docteur !"

Des troubles des règles ne sont mentionnés que dans deux cas : dans les céphalées prémenstruelles au titre de démarrage lent des règles, et dans les céphalées post-menstruelles où les règles ont diminué de plus en plus en quantité. La qualité du sang est aussi signalée dans ces cas : sang noir ou sentant mauvais.

**QUE NOUS APPREND
LA MEDECINE TRADITIONNELLE CHINOISE
SUR LES CEPHALEES ET LES REGLES ?**

Le mystère des règles

Il semble relever du domaine du sang. "C'est l'écoulement du sang "ancien" qui, en l'absence de fécondation, est destiné à s'éliminer pour permettre au nouveau sang de renaître, comme la mer a ses hautes et basses marées" (*Xuezhenglung*). Le cycle menstruel est en effet une préparation à la nidation et à la grossesse.

Le phénomène des règles est régi par trois facteurs : l'équilibre des souffles et du sang, l'utérus, et les méridiens curieux.

L'équilibre du souffle et du sang, ou *qi-xue*, est primordial puisque le sang est la base matérielle des menstrues et le *qi* en est la force motrice. Le sang a besoin de l'impulsion du *qi* pour atteindre la Mer du sang et se concentrer dans la matrice.

En effet, le lieu de rencontre du *qi* et du sang se situe dans l'utérus situé au-dessous de l'ombilic. Chez la femme, il est appelé *baogong* ou *baoshi* ou *xueshi*, "la chambre du sang" ; chez l'homme, il se nomme *dantian*, traduit par "champ de cinabre".

Chez l'homme, l'énergie domine et le sang qui arrive à cet endroit se transforme en eau, c'est l'eau épaisse et dense correspondant à ce que l'on nomme "la quintessence des reins" ou *jing*.

Chez la femme, le sang domine et l'énergie au sein de la chambre du sang se convertit aussi en eau pour donner le sang des menstrues. Ce dernier contient ainsi les liquides de l'eau, et les règles sont encore appelées les *yue xin* par Soulié de Morant (eaux du Ciel) ; le cycle menstruel est encore appelé *xin shui*, (cycle de l'eau).

Ce sang est destiné à nourrir et entretenir le fœtus, s'il n'y a pas fécondation, il doit s'éliminer pour que puisse commencer un autre cycle de préparation ; s'il n'est pas éliminé, il devient stagnant et entrave la purification de l'organisme, selon le *Xuezhenglung*.

A cet utérus, sont liés les méridiens curieux, le foie et le rein.

Les méridiens curieux interviennent tous dans le processus des règles. *Chongmo*, *renmo* et *dumo* sont tous les trois issus de l'utérus : "une source et trois branches".

Chongmo, "carrefour et jaillissement de la vie", gouverne toutes les fonctions de l'organisme, en particulier la fonction de nutrition de l'appareil génital à travers le sang, à travers les règles. Il est mise en mouvement du *yin* sur tous les plans, tout en contrôlant les mutations, notamment le cycle menstruel qui est une fonction de la procréation.

Renmo, "prise en charge, soutient et contient", récapitule tous les phénomènes *yin* du corps.

Dumo est la Mer des méridiens *yang*. Il assure avec *renmo* l'équilibre *yin/yang* des souffles et du sang, permettant ainsi la venue régulière des menstrues.

Encerclant ces trois méridiens, *daimo* est le vaisseau organisateur externe cosmique qui intervient dans tous les processus de création en les reliant à l'ordre du monde et à celui du Ciel. Il soutient l'action du *yang* sur le *yin* et représente la mise en circulation du *yin* au moyen du *yang*, en particulier du cycle menstruel.

Quant aux *qiaomo* et *weimo*, ils semblent avoir un rôle dans la répartition des règles, notamment les *qiao* dans le temps et les *wei* dans l'espace. Ainsi sont particulièrement concernés les *qiaomo* dans les troubles déclenchés au moment même des règles.

Le rein, chez la femme, a une relation directe avec la matrice (36^e difficulté de *Nanjing*) et avec *chongmo* et *renmo*. Or l'état de ces deux méridiens extraordinaires est déterminé par le *qi* du rein (*Suwen*, chap. 1). Toutes ces relations permettent à l'utérus de jouer un rôle dans l'écoulement des menstrues, dans la fécondation et la grossesse.

Le foie pour "réguler et drainer" engendre le souffle moteur du sang qui met celui-ci en mouvement. Il est le fils du rein. Sa fonction est de décongestionner et de faire écouler.

Ces deux organes sont situés dans le réchauffeur inférieur. Ils se soutiennent et se contrôlent mutuellement ; l'un ouvre, l'autre ferme. Ils parachèvent ainsi la réunion globale de l'énergie et du sang au niveau de l'enveloppe pelvienne.

Comment se déclenche le cycle menstruel ?

Si ce n'est par le mécanisme de l'évolution du *yin* et du *yang* à travers les deux phases du cycle, telles les deux phases de croissance de la lune. Soulié de Morant ne dit-il pas "ovulation à la pleine lune, règles à la nouvelle lune" ?

La première phase débute dès la venue d'une menstruation.

Cette menstruation correspond à une fuite de *yin*, de sang vers le bas, donc à un début d'extériorisation. Cette période d'extériorisation qui s'étend du premier jour au quatorzième jour va permettre l'expansion

aussi vers les ovaires favorisant ainsi l'expansion des spermatozoïdes vers les ovaires en vue d'une rencontre avec l'ovule. C'est, par conséquent, la phase *yang* du cycle dont l'acmé correspond à "la pleine lune", à l'ovulation.

Cette acmé du *yang* à l'issue de la première phase engendre le *yin*, le retour vers l'utérus, vers le *shaoyin* et préparation de la nidation s'il y a fécondation. La grossesse n'est en somme qu'une poursuite de ce mouvement d'intériorisation. Sinon, l'acmé du *yin* va engendrer le *yang*, lequel déclenche la fuite du *yin*, du sang menstruel qui, en l'absence de fécondation, est destiné à s'éliminer.

Mécanisme étiopathogénique

De ce que nous avons vu, deux notions se dégagent :

D'une part, c'est le *yang* issu du mouvement d'énergie qui s'engendre au niveau de l'utérus, de l'enveloppe pelvienne, à l'acmé du *yin* en fin de cycle, qui va déclencher l'écoulement menstruel.

D'autre part, les céphalées violentes, *yang* toujours, que nous avons constatées à travers les observations, témoignent d'un échappement de *yang* qui gicle à la tête à ce moment précis de la menstruation, créant cet orage vasomoteur à l'origine des céphalées migraineuses cataméniales.

Cet excès de *yang* serait la manifestation, soit d'une montée à contre-courant ou échappement, soit d'une agitation interne du *vent*, ou encore d'un dégagement de *feu* (montée excessive).

Sa genèse pourrait provenir d'une dissociation *yin-yang* au niveau du pelvis, par suite d'une rupture de l'équilibre *qi-xue*, soit au niveau de l'enveloppe pelvienne, soit au niveau global de l'organisme.

CAUSES ET TRAITEMENTS

Ils sont à rechercher dans les éventualités suivantes.

Obstruction du *yin* au pelvis

. Par trouble des méridiens :

Obstruction des trois *zu yin* qui se déversent dans le pelvis, soit par atteinte directe de ces méridiens principaux, soit par une pathologie d'organes et entrailles, soit encore par une pathologie des trois *yin* et des trois *yang*, liée à la montée et descente de l'énergie, notamment une non-montée du *taiyin* ou une non-montée du *jueyin*, ce qui aurait provoqué respectivement une non-descente du *taiyang* et du *shaoyang*.

. Par atteinte des méridiens curieux :

Le *yinwei* dont la répercussion peut se faire sur *taiyin*, *jueyin* ou *shaoyin*. L'intensité de la douleur au coeur qu'est la manifestation clinique serait proportionnelle à sa profondeur.

Traitement :

6 MC (*neiguan*), 9 Rn (*zhubin*) et les points en fonction du segment atteint : 15 Rt (*daheng*) - 16 Rt (*fuhai*) *taiyin* ; 13 Rt (*fushe*) - 14 F (*qimen*) *jueyin* ; 22 RM (*tiantu*) - 23 RM (*lianquan*) *shaoyin*.

Le *yangwei* qui donne une céphalée à la localisation typique d'arrière en avant englobant soit les yeux, soit le front.

Les *qiaomo* chargés des mouvements dans le temps, en particulier *yin qiao* pour déclencher les règles. Le *yin* stagne alors, se concentre et se met en plénitude en bas, en avant et à l'intérieur. Le *yang* qui est à l'extérieur ne peut pas rentrer.

Traitement :

6 Rn (*zhaohai*) point de départ ; 8 Rn (*jiaoxin*) point xi.

Il est à noter qu'on rattache à l'atteinte des méridiens curieux deux formes particulières de migraines : ophtalmiques et ophtalmoplégiques par atteinte du *yangqiao* avec ouverture permanente de l'oeil et du *yinqiao* avec fermeture permanente de l'oeil.

Le *chongmo*, responsable de la mise en mouvement des règles. Les sujets présentent des règles douloureuses, des troubles intestinaux et sexuels.

Traitement :

4 Rt (*gongsun*) - 4 RM (*guanyuan*) - 30 E (*qichong*).

Le *daimo*, *yang* qui fait circuler le *yin*, et méridien qui assure le libre passage du *yang* vers le bas et du *yin* vers le haut. Son atteinte est responsable de l'échappement de *yang* au moment des règles.

Traitement :

41 VB (*zulinqi*) - 26 VB (*daimai*).

Amas et accumulations *jiju*

Obstruction du pelvis par fibrome, polype, kyste.

Accumulation de sang par déséquilibre *qi xue* au niveau de l'enveloppe pelvienne entraînant une stagnation du *chongmo*. *Renmo* et obstruction des vaisseaux de l'utérus.

Accumulation de sang impur dans l'utérus par non élimination ou élimination insuffisante du sang ancien lors des grossesses répétées, lors de la prise de pilules non appropriées et à long terme.

Symptomatologie : règles douloureuses difficiles à venir, faites de sang rare avec caillots, sentant mauvais.

Traitement :

10 Rt (*xuehai*) ; 18 V (*ganshu*) *shu* du foie qui purifie le sang ; 40 V (*weizhong*) *xi* du sang.

Obstruction du réchauffeur inférieur par mucosités et glaires suite à une nourriture grasse ou douce ayant favorisé la pénétration de chaleur-humidité dans le réchauffeur inférieur.

Elle surviendrait chez les sujets ayant une forme corporelle grasse et qui présente une asthénie physique et mentale, de la somnolence et une sensation de boules dans le ventre.

L'enduit lingual est blanc et gras.

Le poulx est glissant.

Les glaires entraînent une obstruction du sang et favorisent donc l'échappement de *yang* au moment des règles.

Traitement :

chasser l'humidité perverse, évacuer les mucosités du réchauffeur inférieur ; 28 V (*pangguangshu*) - 29 E (*guilai*) - 9 Rt (*yinglingquan*) - 34 V (*xialiao*).

Atteintes du foie

La stagnation et compression du *qi* du foie se transforment en feu. Le feu du foie s'élève et assaille la tête.

Symptomatologie : céphalées, vertiges, accouphènes ; visage et yeux rouges ; bouche amère, gorge sèche, énervement, irritation ; troubles du sommeil ; constipation ; urines jaune foncé ; langue rouge, enduit lingual jaune ; pouls en corde rapide.

Traitement :

2 F (*xingjian*) - 3 F (*taichong*) - 20 DM (*baihui*) - 20 VB (*fengshi*).

Surabondance du *yang* du foie à la suite d'un vide de *yin* du foie qui ne peut contrôler le *yang* du foie, celui-ci monte à contre-sens "yin vide, foie échauffé", le *yang* s'élève.

Symptomatologie : céphalées, vertiges ; amnésie, insomnie, palpitations ; langue écarlate ; pouls en corde (*xian*), fin (*xi*) et rapide (*shuo*).

Traitement :

rafraîchir et disperser le feu du foie ; 20 DM (*baihui*) - 20 VB (*fengchi*) - 2 F (*xingjian*) - 3 F (*zhongji*).

Insuffisance de sang du foie, suite à un vide de sang. Le sang insuffisant ne peut ni monter à la tête, ni remplir "la Mer du sang". Le sang du foie ainsi amoindri va créer un excès de *yang* du foie qui s'élève et entraîne le feu du *qi* d'où céphalées par vide de sang. Survenant en fin des règles, qui sont minimes, très peu abondantes.

Le teint du visage est terne, troubles du sommeil avec beaucoup de rêves, membres contracturés avec spasmes tendino-musculaires, langue pâle, pouls fin.

Traitement :

tonifier le sang, rafraîchir le foie ; 6 Rt (*sanyinjiao*) - 10 Rt (*xuehai*) - 17 V (*geshu*) - 18 V (*ganshu*).

Vide de yin des reins

"Foie et reins ont la même source", ils sont étroitement liés à l'utérus. Le vide de *yin* du foie et celui des reins sont solidaires. L'insuffisance du *yin* du foie entraîne souvent la faiblesse du *yin* des reins, et l'insuffisance du *yin* des reins entraîne la perte du *yin* du foie.

Chongmo et *renmo* sont ainsi mal nourris.

Lorsque le *yin* est faible, le *yang* devient prospère et cause l'apparition du feu, lequel perturbe le haut du corps.

Symptomatologie : symptômes de vide de *yin* et vide des reins, chaleur des cinq centres, joues rouges, transpiration nocturne, insomnie, troubles des règles.

Traitement :

nourrir et fortifier foie et reins ; 4 RM (*guanyuan*) - 23 V (*shenshu*) - 18 V (*ganshu*) - 52 V (*zhishi*) - 3 Rn (*taixi*) - 10 Rn (*yingu*).

CONCLUSION

Que conclure de cette étude sinon donner sommairement les résultats de ces observations ?

Des quinze cas vus durant les années 85 et 86, nous retenons :

Six patientes sous pilules dont trois bons résultats rapidement obtenus après avoir traité un vide de sang par vide de *yin* du foie : 3 F, 21 Rn, 6 Rt, 10 Rt.

Chez les trois autres, persistance des migraines malgré trois cycles de traitement en fonction des troubles variés et intriqués qu'elles présentent, ce qui nous a amené à procéder au changement par d'autres pilules plus appropriées pour voir soulager et disparaître leurs céphalées.

Sur neuf autres cas sans pilules :

Trois guérisons après cinq séances d'acupuncture. Il s'agit de femmes jeunes ayant une atteinte des *giaomai* (dont deux *yin* et un *yangqiao*) et vide de rein dans deux cas et de foie dans le dernier.

Trois soulagements difficilement obtenus chez ces patientes préménopausées, associant d'autres troubles des règles avec signes d'hyperoestrogénie importante de toutes sortes et terrain de migraines familiales. Il est à signaler ici un aboutissement à la guérison spectaculaire dès l'installation de la ménopause.

Les trois derniers cas ne sont pas revus après les trois premières séances de traitement, et sont considérées comme des échecs.

Ces modestes résultats nous incitent à persévérer dans nos analyses, revoir nos échecs, rectifier nos diagnostics, écouter et comprendre mieux nos malades pour essayer peut-être de mieux les guérir.

BIBLIOGRAPHIE

Anonymous, *Xue zheng lung*, traduction Colin D., Guillaume G., Kiener E., éd. AJMA, Paris, 1980, 97 p.

Auteroche B. et Navailh P., *Le Diagnostic en médecine chinoise*, éd. Maloine, Paris, 1983, 368 p.

Auteroche B., Navailh P., Maronnaud P., Mullense, *Acupuncture en gynécologie et obstétrique*, éd. Maloine, Paris, 1986.

Kespi J.-M., *Acupuncture*, éd. Maisonneuve, Ste-Ruffine, 1982, 785 p.

Kespi J.-M., *Céphalées et sang*, "Revue française d'acupuncture, n° 27, p. 7-12, AFA 1981.

Minh L., Hoang Ngoc, *Qi xue et affections gynécologiques*, Revue française d'acupuncture, n° 45, p. 35-41, AFA, 1986.

Soulié de Morant G., *L'Acupuncture chinoise*, Maloine, Paris, 1972.
