

Comprendre Les Migraines

Right here, we have countless books **Comprendre Les Migraines** and collections to check out. We additionally have the funds for variant types and then type of the books to browse. The satisfactory book, fiction, history, novel, scientific research, as well as various supplementary sorts of books are readily reachable here.

As this Comprendre Les Migraines , it ends occurring being one of the favored books Comprendre Les Migraines collections that we have. This is why you remain in the best website to see the unbelievable ebook to have.

Migraine et maux de tête - Patrick Henry 2003

Si à peu près tout le monde s'est plaint un jour de mal de tête, il faut savoir que 30 % de la population adulte française est sujette à des maux de tête répétitifs, 3 % s'en plaignant quotidiennement. Les causes et les mécanismes en sont fort divers et même si les causes lésionnelles sont moins fréquentes que ne le croient les malades... et beaucoup de médecins, le retentissement de causes fonctionnelles peut être important dans la vie quotidienne de nombreux céphalalgiques, en particulier s'ils sont atteints d'une maladie migraineuse. Cet ouvrage complet, actuel se veut accessible à tous : médecins, soignants divers, céphalalgiques, parents, amis, collègues de travail. Chacun pourra ainsi mieux saisir les tenants et aboutissants des diverses variétés de maux de tête et les moyens d'y faire face.

Les céphalées, migraines et algies faciales en 30 leçons - Anne Donnet 2022-04-05

La céphalée constitue un des symptômes les plus fréquemment rencontrés en pratique médicale, soit dans le cadre de l'urgence, soit lors d'une consultation programmée. De présentation a priori simple — une douleur de l'extrémité céphalique —, la céphalée peut correspondre à des situations cliniques très différentes. Ses causes sont nombreuses, variées et correspondent à des affections de gravité très différente, de la plus banale à la plus sévère pouvant engager le pronostic vital. Face à cette hétérogénéité étiologique et diagnostique, il existe des règles simples à respecter pour l'évaluation et la prise en charge des céphalées, des signes d'alarme qui doivent inciter le généraliste à prendre un avis spécialisé ou à diriger son patient vers un service d'urgences. Cet ouvrage est ainsi composé de cinq parties pour guider le praticien dans sa démarche clinique : • Généralités (interrogatoire et examen du patient, épidémiologie - logie et impact, mécanismes, aspects génétiques et psycho - pathologie), • Migraine (formes cliniques et traitement), • Céphalées primaires non migraineuses, • Céphalées secondaires, • Situations particulières (céphalées « en coup de tonnerre », d'urgence, de l'enfant, de la femme enceinte, du sujet âgé). Cette nouvelle édition a été entièrement revue et mise à jour, et les critères diagnostiques de la troisième édition de la Classification internationale des céphalées (ICHD-3), actuelle - ment en vigueur, servent de fil conducteur tout au long du livre.

Un chemin vers la santé - Thorwald Dethlefsen 1990

La santé est notre bien le plus précieux, quel sens peut donc avoir la maladie ? Dans cet ouvrage, Thorwald Dethlefsen et Rüdiger Dahlke en approchent le sens profond et caché. Chaque symptôme est un appel de l'âme qui réclame attention et demande ce dont elle a besoin. Comprendre sa ou ses maladies, ce qu'elles représentent, cela peut être pour chacun d'entre nous une aide à se trouver soi-même. Pour le psychologue T. Dethlefsen et le Docteur R. Dahlke, il n'existe pas plusieurs maladies qu'il faut soigner, et éventuellement guérir, mais une seule maladie qui se traduit en de multiples symptômes : les maladies. Cette maladie unique est un mal être qui accompagne l'homme tout au long de sa vie et ne s'éteint qu'à sa mort. Cet état fait partie de la vie même comme la respiration et le souffle. Il témoigne de la tension dans laquelle nous vivons en permanence et dont les effets ne peuvent être évités que momentanément par des médicaments ou des actes chirurgicaux. Les auteurs de Un chemin vers la santé se sont efforcés de comprendre des messages tels que : infections, maux de tête, migraines, problèmes cardiaques ou digestifs, accidents et autres symptômes car tous ont un sens profond. Ils sont dans nos vies les messagers du royaume de l'âme. Le lecteur trouvera en fin de volume un tableau des différentes parties du corps avec leurs correspondances symboliques, ainsi qu'un index des noms français et latins de nombreuses maladies. Dans

la lignée du précédent ouvrage de Thorwald Dethlefsen, Le destin, une chance à saisir, ce livre peut permettre au lecteur d'apprendre à déchiffrer et comprendre la signification profonde des images reflètes de sa maladie.

La Migraine, Biographie D'Une Maladie - Esther Lardreau 2014

Parce qu'elle touche 10 à 12 % des adultes et 3 à 10 % des enfants, la migraine semble banale. Pourtant, une grande partie des migraineux (plus de 50 % selon certaines études) n'ont pas conscience de l'être, refusant de reconnaître leur souffrance et demeurant incapables de lui donner un nom. Pourquoi, alors qu'existent désormais des unités de soins et des sociétés savantes consacrées à la migraine, est-il aussi difficile de s'avouer migraineux ? Ce livre examine les raisons historiques pour lesquelles le statut de patient migraineux ne va pas de soi. Si la plainte migraineuse semble avoir existé depuis l'antiquité au moins (un terme désigne les migraineux dès le u` siècle après J.-C.), la migraine, elle, est un objet tardivement construit, qui n'a pas toujours été pensé comme une maladie à part entière. Médecins et malades se sont parfois accordés pour la considérer comme anecdotique et sans intérêt. Mais si la migraine n'est qu'un fait divers médical, comment expliquer la multiplicité de modèles explicatifs et de thérapies, ainsi que la riche iconographie, qu'elle a suscitées ? C'est le récit de ce paradoxe entre une maladie qui ne parvient pas à se nommer, qui semble invisible (quels signes assurent donc, en toute objectivité, au mari que son épouse ne ruse pas, le soir, quand elle déclare qu'elle a la migraine ?), et une maladie qui produit tant de noms pour se raconter, tant d'images pour se montrer, qu'on lira dans cette étude qui cherche à mieux comprendre, à travers le témoignage de l'histoire, les vies migraineuses.

Les migraines : les comprendre et les soulager - Valerie South 1997

Des millions de personnes souffrent de migraines. Celles-ci affectent des gens de tous âges et cultures, quels que soient leur occupation ou leur niveau de revenus. Malgré la douleur bien réelle causée par leurs crises de migraines, près de la moitié de ces victimes ne recherchent aucun traitement, croyant que nul ne peut les aider. Valérie SOUTH, qui a été directrice générale de la Fondation de la Migraine et a coordonné une étude sur cette affection au Toronto Hospital, souffre elle-même de migraines. Elle démontre dans ce livre qu'il existe des solutions. Elle dresse la liste des traitements offerts, avec ou sans médicaments, et aborde les points suivants : - la migraine chez la femme ; - la migraine chez les enfants ; - les moyens d'identifier et d'éviter certains déclenchements de la migraine ; - les différentes façons de surmonter la migraine ; - les plus récents médicaments et traitements médicaux ; - les thérapies complémentaires telles que la méditation, le massage, l'acupuncture et le yoga. Très bien documenté et agrémenté d'encadrés spécifiques et d'études de cas, cet ouvrage est une mine de renseignements sur la nature de cette affection. Rédigé en des termes accessibles, il redonnera confiance et espoir à ceux qui souffrent de migraines.

La migraine et les maux de tête - Pierre Bakouche 1975-01-01T00:00:00+01:00

Cet ouvrage est une réédition numérique d'un livre paru au XXe siècle, désormais indisponible dans son format d'origine.

SOS Migraine - Marc SCHWOB 2014-04-17

La migraine ne sera plus une fatalité. Oui, la migraine est une maladie chronique ! Oui, le cerveau d'un migraineux fonctionne différemment de celui d'un non-migraineux ! Oui, les femmes souffrent plus que les hommes ! Oui, la migraine est curable, c'est prouvé ! Des traitements efficaces existent, médicamenteux ou non ! Des examens permettent de " voir " la migraine ! L'enfant migraineux peut guérir ! Comme le xx

siècle avait vu s'éteindre un fléau jusque-là universel et tout-puissant, la variole, le xxie siècle vivra la fin de cette affection jugée encore incurable, sous-estimée, voire méprisée en France, qu'est la migraine. Près de 12 millions de Français sont migraineux, dont deux tiers de femmes, voyant leur vie personnelle et professionnelle gâchée par cette maladie, et 44 % d'entre eux ne se soignent pas. Ignorant, le plus souvent, l'existence de traitements qui permettent de guérir dans la plupart des cas, et, dans tous les cas, de soulager une crise en moins d'une demi-heure, voire en dix minutes ! En 100 solutions, dans ce livre pratique clair, concis et complet, vous allez enfin vous débarrasser de votre migraine.

Comment soulager la douleur: Comprendre et traiter l'inflammation - Gisele Frenette 2019-09-30

Chaque personne aura à faire face à la douleur à un moment donné durant sa vie, mais qu'en est-il des gens pour qui cette souffrance fait partie du quotidien? Le phénomène de la douleur semble prendre des proportions quasi épidémiques. À tous les jours, des milliers de gens de tous âges sont confrontés à des syndromes inflammatoires douloureux dont l'arthrite, la fibromyalgie, la migraine, l'endométriose, la sinusite, le côlon irritable, la douleur lombaire, la goutte, le tunnel carpien. Comment soulager la douleur explique ce qui se cache derrière la douleur pour vous amener à comprendre qu'il existe des façons naturelles de s'en défaire. La douleur est un grand cri d'alarme du corps pour nous faire comprendre qu'il est en déséquilibre. Oui, il est possible de sortir vainqueur de ce combat! Ce livre vous offre des pistes de solution vers une vie meilleure, et préférablement sans douleur. Ayant toujours œuvré dans le domaine de la santé comme infirmière, consultante en nutrition et naturothérapeute, Gisèle Frenette partage maintenant ses connaissances par le biais de l'écriture. Elle est l'auteure de plusieurs livres sur le thème de la santé dont L'intolérance au gluten, L'endométriose et Le bonheur pour tous.

Migraine - Michel Lanteri-Minet 2003

Qui, souffrant de crises de migraine, ne s'est posé un jour une ou plusieurs de ces questions ? Comment une crise de migraine se déclenche-t-elle ? Pourquoi les crises se répètent-elles ? Des complications peuvent-elles survenir ? Peut-on prévenir les crises ? Comment traiter la migraine et surtout les crises ? A ces questions, il fallait apporter des réponses claires (en particulier sur les mécanismes), précises (c'est-à-dire référencées), mais aussi pratiques (sur les facteurs déclenchants, l'alimentation, la préparation d'une consultation, les traitements)... bref des réponses utiles ! Tel est notre objectif : qu'avec la lecture de ce livre, les migraineux comprennent "leur" migraine, l'appréhendent moins, la maîtrisent mieux. Ainsi, ce savoir sera pour tous utile !

La migraine - Michel Dib 2009

Cet ouvrage est le fruit de l'expérience de plus de vingt ans d'un neurologue spécialisé dans le traitement des céphalées. L'originalité de ce livre est d'apporter une méthode simple et facilement applicable, une méthode en trois temps : comprendre (le mécanisme), apprivoiser (pour prévenir les crises) et guérir (avec les traitements adaptés). Pour la première fois, la migraine est présentée comme un syndrome regroupant quatre sous-types : la migraine hormonale, musculaire, adrénérgique (celle qui est associée au stress) et sérotoninergique (celle qui est associée aux troubles du sommeil). Ce qui permet au patient d'identifier le (ou les) type(s) de migraine dont il souffre et au médecin de proposer la (ou les) réponse(s) spécifique(s). Le docteur Michel Dib s'attaque au tabou de l'incurabilité de la migraine en apportant des solutions qui ont prouvé leur efficacité. Des malades témoignent de leur guérison. Michel Dib est également l'auteur de *Apprivoiser le stress chez le même éditeur.*

Maladies Chroniques Et Allergies Aux Sulfites - Bertrand Waterman 2017-01-11

Asthme, eczéma, fatigue, migraines, polyposé nasale, rhinites, sinusites, troubles digestifs... Et si ces maladies chroniques étaient causées par les sulfites ? Aux USA, la toxicité des sulfites est bien connue depuis les années 80 et ils sont strictement réglementés. En Europe, l'Autorité européenne de sécurité des aliments a annoncé en avril 2016 qu'elle mènera d'ici 2020 des études complémentaires sur leur toxicité. Les sulfites, c'est souvent avec le vin que l'on s'y intéresse de plus près. Mais pour résoudre des problèmes de santé causés par ces additifs chimiques, il ne suffit pas de boire du vin soit disant "sans sulfites." Les sulfites sont aussi utilisés dans d'autres boissons, beaucoup d'aliments industriels, des cosmétiques, et même dans plus d'une centaine de médicaments... Ces sulfites-là sont le vrai problème. Ils sont souvent cachés, et personne ou presque ne nous en parle. Nous en consommons tous les jours sans le savoir, et ils nous intoxiquent au fil des années. Bertrand Waterman nous propose une méthode pour nous soigner d'une

allergie ou d'une intolérance aux sulfites: - Confirmer si les sulfites nous intoxiquent. - Prouver médicalement notre intolérance. - Identifier les sulfites cachés dans l'alimentation, les boissons, les médicaments, et les cosmétiques. - Éliminer les sulfites de notre quotidien. Son livre et travail sont maintenant repris par la presse et la télévision: - France 2, dans le journal de 13h du 31 août 2017. - France 5, dans le documentaire Manger à quelle sauce ? - France 5, dans l'émission Allo Docteur, Alimentation: et si vous étiez intolérants aux Sulfites - Magazine Breizh Info, dans l'article Sulfites et polyposé Nasale. Un Breton a enquêté sur une maladie méconnue - Magazine Reussir Vigne, dans le dossier Sécurité, le vin passe au crible

La douleur, je m'en sors - Serge Perrot 2017-09-20

La douleur est une expérience unique, qui peut toucher chacun de nous, mais qui reste encore incomprise, insuffisamment reconnue et traitée. Pourquoi ai-je mal ? Pourquoi cela ne s'arrête pas ? Comment soulager ma douleur ? Comment mieux vivre au quotidien malgré la douleur ? Quels sont les traitements médicamenteux et les techniques utiles ? Quelles sont les solutions complémentaires ou naturelles ? Comment agir pour s'en sortir ? Pratiquant la médecine de la douleur depuis plus de vingt ans à l'Hôpital Cochin, à Paris, le Pr Serge Perrot propose ici des réponses, explications et conseils aux patients souffrant de douleurs. Des solutions issues de sa pratique, de ses recherches, de ses échanges avec ses patients et ses collègues, pour agir et s'en sortir efficacement face à la douleur.

Migraine Ophtalmique - Amy Lyric 2016-06-26

« Il est très important de se souvenir que la plupart des traitements préventifs les plus efficaces contre les migraines ne font appel à aucun médicament. » Dr Sashank Prasad, directeur du département de neuro-ophtalmologie au Brigham and Women's Hospital de Boston. Avec l'aide du Dr Maaike van Gerwen, médecin et chercheur clinique, Amy Lyric propose des moyens de prévention et de traitement naturels de la migraine ophtalmique. Atteinte elle-même de ce type de migraine, elle a commencé à appliquer son traitement naturel en 2008 et vit depuis une vie totalement libérée de crises. Si vous êtes vous-même atteint, que vous en avez assez des médicaments, que vous peinez à trouver des réponses ou tout simplement que vous voulez changer d'approche et essayer un traitement holistique, Migraine ophtalmique : prévention et traitement naturels, comment j'ai repris le contrôle vous offre de précieuses informations tirées des recherches sur le sujet et des pistes pour vous faire aider par des professionnels. Découvrez notamment comment : * Mieux comprendre les migraines ophtalmiques, * Identifier les facteurs déclenchants de vos crises, * Discuter avec votre médecin ou votre naturopathe de vos symptômes et des types de traitement que vous préférez, * Éliminer ou contrôler vos facteurs déclenchants sans aucun médicament, * Concevoir un programme de traitement préventif naturel. Ne vous résignez pas à suivre un traitement s'il ne fonctionne pas ou n'est pas adapté à vos besoins et à votre style de vie. Découvrez les bénéfices d'un traitement naturel et reprenez le contrôle de votre vie ! Traduit de l'anglais par Anne-Sophie Bigot.

Petit manuel pour comprendre le Syndrome de Tachycardie Orthostatique Posturale - Gžraldine Libercž 2018-07-06

Ce livre va permettre aux personnes atteintes du syndrome de tachycardie posturale orthostatique de faire mieux connaître le syndrome à leurs proches mais aussi au monde médical qui est souvent perdu avec ce syndrome.

Yoga - Solution anti-stress - Patrick Vesin 2015-07-20

Le stress fait partie intégrante de notre existence. Loin de vouloir à tout prix l'éviter, il s'agit avant tout de comprendre son processus afin de trouver les solutions adaptées pour l'apprivoiser et en faire notre meilleur allié. C'est au travers de la pratique du Yoga, présenté ici en tant qu'outil thérapeutique, que cet ouvrage propose des pistes pour gérer son anxiété. S'il constitue une stimulation nécessaire, trop de stress peut également devenir un véritable frein au quotidien. Bien se connaître et connaître ses limites, prendre conscience de ce qui nous entoure, de ce qui n'est pas essentiel à notre vie, apprendre à mieux gérer son temps, identifier ses besoins fondamentaux, s'entourer des bonnes personnes, développer des relations saines ; voici autant de pistes pour arriver à un épanouissement de tout son être. Grâce au Yoga, sa philosophie, ses exercices de respiration et de relaxation, nous découvrons donc comment les soucis peuvent nous affecter sur les plans énergétique, intellectuel, affectif... En plus d'apporter des solutions

concrètes à ces problèmes, ce livre nous amène à une bonne compréhension des notions essentielles du Yoga (les Chakras, le prana énergie vitale...) Un programme sur huit semaines est également présenté pour libérer et équilibrer les mouvements d'énergie afin d'éliminer les tensions accumulées.

Le préparateur en pharmacie - Guide théorique et pratique (2e ed.) - GAZENGEL Jean-Marie 2013-04-15

Le préparateur en pharmacie - Guide théorique et pratique, 2e édition, aborde avec clarté et simplicité les différents aspects du savoir polyvalent que l'on attend du préparateur, appelé à seconder les pharmaciens titulaires et adjoints dans maintes tâches de l'officine : dispensation, conseil et information du public, préparation et réalisation des PDA (préparations des doses à administrer), vigilance, accueil et vente, documentation, gestion des stocks, administration, hygiène, diététique et maintien à domicile... Le personnel de l'officine doit aujourd'hui exercer sa mission de conseil avec d'autant plus de clairvoyance que le public, exposé à un discours médiatique et publicitaire à forte consonance scientifique, dispose de produits cosmétiques et de thérapeutiques « alternatives » où le naturel et le végétal jouent un très grand rôle, mais où les risques de l'automédication imposent un effort de pharmacovigilance et de toxicovigilance accru. Cette nouvelle édition, entièrement réactualisée, constitue un guide de référence pour les futurs préparateurs en pharmacie en respectant le référentiel du brevet professionnel, ainsi qu'un outil indispensable à la formation continue des préparateurs en mettant à leur disposition une somme d'informations facilement accessibles. Elle est également fort utile aux étudiants en pharmacie, dont le cursus comprend de nombreux stages : d'initiation officinale, d'application des enseignements coordonnés et de pratique professionnelle.

La Migraine - Elizabeth Leroux 2015-03

La migraine - Pierric Giraud 2019-08-30

La Méthode anti-migraine - Elizabeth Leroux 2016-01-20T00:00:00+01:00

La migraine est une maladie neurologique qui touche près de 15 % de la population mondiale. Souvent sous-estimée par ceux qui n'en souffrent pas, elle peut être très douloureuse, intense voire invalidante au point de ne plus supporter ni lumière ni bruit. Les avancées de la science permettent aujourd'hui de mieux comprendre les causes de la migraine et de déconstruire les mythes à son sujet, mais le remède miracle n'existe pas. Le docteur Elizabeth Leroux répond aux nombreuses questions sur la définition de la migraine, ses différentes catégories et ses mécanismes. Elle nous présente les 3 axes de traitements préconisés : la modification des habitudes de vie, les traitements médicamenteux pour soulager les crises et les solutions de fond ou préventives. Un ouvrage illustré qui rassemble conseils pratiques et témoignages pour aider les migraineux mais aussi leur entourage à ne plus souffrir en silence.

SOS migraines et maux de tête - Marc Schwob 2022

Le guide pour comprendre l'origine des migraines et des maux de tête, et pour apprendre à les prévenir et les soulager. Souffrez-vous régulièrement de maux de tête ? Savez-vous quelle en est la cause ? Savez-vous pourquoi la lumière, le bruit, le stress, la contraception, les règles, le manque de sommeil, l'alimentation ou même le sport peuvent-ils, de manière imprévisible, déclencher une migraine ? Les connaissances du Dr Marc Schwob, neuropsychiatre spécialisé dans le traitement de la migraine et de la douleur, sont accompagnées des illustrations de Gaetane Rosell pour vous permettre de découvrir les différents types de migraines et de céphalées. Vous aurez toutes les réponses à vos questions pratiques, comment prévenir et soigner au quotidien ces troubles qui peuvent vous gêner la vie ! Vous trouverez dans ce guide : Les différents types de maux de tête (maux de tête, migraines, céphalées non migraineuses, etc.) ; Les mécanismes de la migraine (théories neuronales, vasculaires, sérotoninergiques ou trigéminovasculaires) ; Des autodiagnostic pour déceler votre type de maux de tête, en comprendre l'origine et le soigner efficacement ; Les habitudes préventives à intégrer au quotidien ; Prévenir et soulager (traitements de crise, traitements de fond, médecines douces) ; Le soin et la prévention chez l'enfant.

Migraine - Louise de Vilmorin 1959

La migraine, la comprendre et la guérir définitivement - Jean Thomas 2006

La santé par l'oreille - Raphaël Nogier 2018-02-16

Découvrez tous les bienfaits de l'auriculothérapie. Reconnue par l'Organisation mondiale de la santé, l'auriculothérapie est une méthode permettant de soulager les maux du quotidien grâce à des points de pression sur l'oreille. En effet, chaque point du pavillon de l'oreille est en correspondance avec une partie spécifique du corps. En utilisant les propriétés réflexes auriculaires, il est ainsi possible d'être en meilleure santé durablement, de façon efficace et peu onéreuse. L'auteur, après avoir travaillé plusieurs années avec son père Paul Nogier, à qui l'on doit la découverte de l'auriculothérapie, vous livre tout ce qu'il faut savoir sur cette méthode passionnante et les clés pour l'utiliser chez soi très simplement. Maux de ventre, troubles du sommeil, migraines : apprenez à vous soigner en toute sécurité pour un bien-être quotidien décuplé. Bénéficier d'une guérison douce et naturelle !

La Performance - Daniel Nguyen 2013-06-13

Un meurtre dont le mort n'a pas conscience de son état, dans le milieu de l'art contemporain parisien, avec pour enquêteur un journaliste indépendant à la dérive, ancien inspecteur du Quai des Orfèvres. Les thèmes principaux sont l'art au sens conceptuel et événementiel, la performance artistique, et l'addiction. En effet, les morceaux du corps sont mis en scène et retrouvés un à un. Certains organes deviennent la base chimique d'une nouvelle drogue dont la principale propriété est de permettre à l'enquêteur de dialoguer avec la victime et d'accéder à sa mémoire. L'effet indésirable en est l'addiction instantanée du sujet. Extrait : Ma tête. Que m'arrive-t-il ? Je n'y vois rien. J'ai si chaud. Et cette odeur bizarre qui semble s'imprégner partout autour de moi, en moi, ces aromates qui me rappellent l'Asie, l'Indonésie pour être précis. Ces voyages me manquent. Que s'est-il passé ? Il fait si noir. Et cette affreuse migraine. Enfin, c'est plus diffus et entêtant qu'une migraine normale. Suis-je vraiment là ou est-ce un mauvais rêve qui va bientôt se terminer ? Et cette chaleur si moite, j'en sue littéralement, j'étouffe. Je devrais me pincer, mais je sens mes membres et ne les ressens pas. Difficile à expliquer, à comprendre. En tout cas, je ne les contrôle plus, ils ne répondent plus à mes commandements. Et ces aromates, ce bruit lancinant de bouillonnement. J'étouffe. J'aimerais crier, me réveiller. Rien ne sort de mes cordes vocales et pourtant, je m'entends parfaitement dans ma tête. Je ne dois pas paniquer. Concentre-toi. J'entends des bruits, des voix familières, feutrées, si lointaines, assourdies et cet écho que je reconnais, comme si j'étais dans sa cuisine, mais l'obscurité est totale. Je voudrais me gratter l'oreille, éponger mon front qui n'en finit pas de dégouliner dans mes yeux. Ils me brûlent. Je n'y parviens pas. Mais pourquoi ? Rassemble tes souvenirs récents. J'ai besoin de comprendre, reconstituer le film de cette soirée, ce qui m'a amené là. D'ailleurs, je ne sais même pas où je suis et cette obscurité m'angoisse. Concentre-toi ! Oublie cette migraine insupportable. Comme si tout mon cerveau enflait et se rétractait sur mon crâne. Je n'arrive même pas à localiser précisément cette douleur. Elle enserre toute ma tête. Je dois me concentrer. Où étais-je la dernière fois que j'ai été conscient ? A cette fête, chez elle. Qui, elle ? Calme-toi. Elle, Ciara, la brune irlandaise, ma chère et tendre. Ma tête. Et ces échos, ce sont les mêmes que ceux de sa cuisine toute bleue. Concentre-toi. La fête. Je les entends rire dans cette cuisine si familière. Rire n'est pas le mot, mais les échanges sont endiablés. Ils ne sont pas en train de s'engueuler. La musique de leurs mots assourdis est rythmée, survoltée même. Ouvre les yeux ! Peine perdue. C'est toujours aussi noir. Même pas sombre, noir. Alors la fête, chez elle. Aurais-je pris quelque chose ? Ils savent bien que je ne joue pas avec ces substances. Elle m'avait bien parlé de pilules, de rails de coke, mais c'est leur truc à eux. A moins qu'ils m'en aient donné à mon insu. C'était une de ces fêtes qu'ils organisent chez elle presque tous les mois. De toute façon, c'est toujours chez elle. C'est le QG du groupe. Oh ma tête. Mon dieu, mais donnez-moi une aspirine ou quelque chose pour faire passer cette migraine affreuse ! Personne ne m'entend. Evidemment. Et il fait si chaud là-dedans. J'ai soif et sue comme jamais. Ça pue ! Peut-être suis-je à l'hôpital. Pas possible. Si c'était le cas, j'entendrais d'autres sons, d'autres voix. Et cette odeur d'aromates, comme dans un bouillon. Oui, c'est cela, un bouillon qui mijote pendant des heures. Il faut vraiment que j'arrête de délirer, que je reprenne pied, que je me réveille au fond de son lit, sous sa couette trop chaude. C'est ça, je dois être sous sa couette et j'ai trop chaud. Ce n'est pas logique. **Bulletin général de thérapeutique médicale, chirurgicale, obstétricale et pharmaceutique** - 1912 1896-1932 includes proceedings of Société de thérapeutique. For 1896-97 the proceedings were issued in special vols. with title: Bulletin général ... Société de thérapeutique et pharmacologie, v.1-2. 1897 numbered also as v.134 of the set.

Désintoxication par jeûne intermittent - Laurent Poret

Saviez-vous que nos corps sont conçus naturellement pour se désintoxiquer jusqu'au niveau cellulaire ? Saviez-vous aussi que nous avons la capacité d'aider à déclencher ce processus de désintoxication ? Il s'agit de chronométrer les repas - ou le jeûne - et quelques aliments spécifiques pour aider à faire avancer le processus. Pourquoi est-il important de s'assurer que notre corps se désintoxique régulièrement ? Peu importe à quel point nous essayons de mener une vie propre, la vie moderne nous surcharge de toxines que nous ne pouvons pas éviter. Je parle de pesticides, de CEM, d'électricité sale, de pollution, de fumée de cigarette, de soins de la peau à base de produits chimiques, de régimes chargés de sucre, d'une surcharge de stress, de manque de sommeil, de manque de corps entier, d'amplitude, de mouvements quotidiens... Je peux continuer, mais je pense que vous voyez le tableau. Notre charge toxique et nos modes de vie ne nous permettront pas de perdre du poids, de faire toutes sortes de ravages dans nos entrailles et, en fin de compte, de pousser le processus de vieillissement en hyperpropulsion. Comment pouvons-nous aider notre corps à se désintoxiquer naturellement et profondément et à ralentir le processus de vieillissement ? Jetons un coup d'œil au jeûne intermittent. Vous en avez peut-être déjà entendu parler ou lu un article à ce sujet. Pour ceux d'entre vous qui ne connaissent pas... simplement dit... c'est une façon de manger qui alterne consciemment des périodes de repas et de ne pas manger et qui peut être faite de plusieurs façons. Cela peut vraiment aider à la perte de poids et à la combustion des graisses et offre également un certain nombre d'avantages thérapeutiques incroyables. Le jeûne peut aider à améliorer les connexions neutres dans la partie de l'hippocampe du cerveau, la zone associée à la mémoire, à l'humeur et à la motivation, et possède des qualités de protection neuronale. Pour des raisons similaires, il est également utile pour les personnes qui se remettent d'une lésion cérébrale. Il favorise également l'acuité mentale et la concentration. Les périodes de jeûne stimulent les cellules à cannibaliser. Ce processus, connu sous le nom d'autophagie, ou "auto" (auto) "manger (phagy), est la capacité naturelle de l'organisme à nettoyer les cellules détoxifiantes et à recycler celles qui ne fonctionnent plus correctement. Grâce à cette fonction, votre corps peut stimuler le système immunitaire, prévenir les maladies liées au vieillissement ainsi que les maladies cardiovasculaires, augmenter la sensibilité à l'insuline et stimuler l'énergie. Selon les études, le jeûne peut même prévenir ou ralentir la progression du cancer. Il y a plusieurs façons de faire des jeûnes intermittents. Certaines personnes ont choisi de ne manger que pendant une fenêtre de huit heures. Par exemple, vous pouvez manger de 12h à 20h, puis à jeun de 20h à 12h. Une autre forme plus avancée de jeûne intermittent serait le jeûne de 24 à 36 heures, une ou deux fois par semaine.

Guérir la migraine - Marc Schwob 2007-09-20

La migraine n'est ni une "maladie de bonne femme" ni un mystérieux "mal du siècle". Loin de là. C'est un véritable fléau, handicapant, dont souffre 10% de l'humanité. Au cours de ces vingt dernières années, la compréhension de la maladie a été totalement bouleversée, et bien des clichés à son sujet sont devenus caducs. On dispose à présent de traitements de fond qui permettent de la terrasser définitivement. Hélas, de tous les pays industrialisés, c'est la France qui s'occupe le moins bien de ses migraineux... Voici donc le guide indispensable pour s'informer et prendre en main sa maladie. Du traitement des crises à la "plurithérapie" qui permet de les faire disparaître définitivement, en passant par des méthodes d'autodiagnostic et d'autobilan, rien n'est laissé de côté. Ouvrage pratique, plaidoyer passionné, ce livre est surtout, pour toutes les migraineuses et les migraineux, un véritable message d'espoir.

La migraine - Pierric Giraud 2019-12-17T00:00:00+01:00

Si tout le monde a entendu parler de la migraine, peu de personnes font la distinction entre cette affection et un simple mal de tête. Pourtant, il s'agit d'une vraie maladie, complexe et difficile à diagnostiquer, touchant 12 à 16 % de la population, soit plus d'une personne sur dix. Les docteurs Pierric Giraud et Sylvie Chauvet vous donnent les clés pour comprendre le fonctionnement de cette maladie et pour mieux la vivre au quotidien (gestion de la crise, traitement de fond, thérapies complémentaires...). Associant rigueur scientifique et approche bienveillante et empathique, les auteurs abordent le sujet sans tabou. De nombreux cas cliniques et témoignages complètent le livre, apportant aux explications médicales un regard humain et pratique sur cette maladie.

Migraine ou céphalée - Michel Dib 2015-07-01

La migraine est l'affection la plus répandue des maladies neurologiques, avec près de 20 % des adultes et 5

% des enfants atteints. Elle est pleine de paradoxes : fréquente mais mal connue des patients, invalidante mais négligée par les médecins, réputée incurable malgré l'existence de nombreux traitements efficaces. Fruit de l'expérience de plus de vingt ans d'un neurologue spécialisé dans le traitement des céphalées, cette méthode simple et efficace vous donnera les clés nécessaires pour guérir la migraine de façon définitive. Comprendre : quand la migraine devient-elle une maladie ? Comment différencier migraine et céphalée ? Prévenir : comment enrayer le cercle vicieux de la migraine et des médicaments ? Agir : tous les types de traitements Pour la première fois, la migraine est présentée comme un syndrome regroupant quatre sous-types : la migraine hormonale, musculaire, celle du stress et des troubles de rythme (week-end - semaine) et enfin celle provoquée par les aliments ou les odeurs.

Migraine et maux de tête - Christelle Creac'h 2006

Six millions de personnes en France ignorent qu'elles souffrent de migraine. Maladie sous-diagnostiquée, la migraine peut aussi constituer une souffrance quotidienne handicapante et difficile à accepter pour l'entourage. Comment distinguer la migraine des autres maux de tête ? Quels en sont les mécanismes et facteurs déclenchants ? Comment soulager ses maux de tête ? Dans quels cas privilégier traitements de crise ou traitements de fond ? Apprendre à décrypter les origines de la douleur est un premier pas essentiel pour mettre en œuvre prévention et traitement. Ce guide apporte au patient les éléments clés pour comprendre et combattre activement sa maladie.

Les mots de la migraine - Carole Sereni 2021

La migraine ? Un fléau contemporain dont souffre aujourd'hui une personne sur dix sur la planète et qui mobilise la recherche médicale. La migraine ? Un mal éternel consigné depuis les premières civilisations de l'écriture et qui a irrigué les littératures, les arts, les moeurs. C'est à la confluence de ces deux univers que Carole Sérén, en grande spécialiste de la science neurologique mais aussi en savante passionnée des expressions culturelles, nous entraîne dans un époustouflant voyage au sein des termes de la migraine. Qu'en est-il de ce phénomène en soi, dans le cerveau, et de ses manifestations au regard du pouvoir politique, de la création artistique, de l'élan poétique, de la quête de l'ivresse, de la vie amoureuse ? Sous sa plume, fondée et informée, sensible et alerte, se dévoile, entrée après entrée, la prodigieuse transformation par l'être humain d'un état censé paralyser sa capacité rationnelle et émotionnelle. Chacune, chacun, y trouvera matière à approcher cette affection jugée mystérieuse. Et pourra la comprendre à la fois dans ses mécanismes et dans ses représentations. Voici un lexique surprenant et subjuguant, objectif et subjectif, où les mots répondent aux maux et les éclairent. Un magnifique dictionnaire, d'une immense rigueur et d'une belle écriture, qui désembrouille l'esprit et le rend lumineux. Neurologue, Carole Sérén est ancien chef de clinique des hôpitaux de Paris et ancien chef de service de l'hôpital Léopold-Bellan. Elle est coresponsable de la consultation multidisciplinaire de la douleur chronique de l'hôpital Saint-Joseph à Paris. Elle est l'auteur au Cerf, de Douleurs chroniques et opiacés *Contribution à l'étude des migraines et de leurs rapports avec les états épileptiques et délirants* - Edmond Cornu 1902

Bye bye migraine ! - Jean-Pierre Chaudot 2021

La 4e de couverture indique : « Chez un migraineux, dès l'apparition du moindre mal de tête, la crainte d'une évolution en migraine est toujours présente... ! Quoi que l'on en pense, il est impossible de savoir dès le début si l'on est d'emblée dans un épisode migraineux ou s'il s'agit d'un autre type de céphalée. Ce livre vous permettra de réaliser un test dès la moindre gêne, et ainsi de savoir quelle attitude adopter pour, la plupart du temps, vous éviter la prise de médicaments. »

Maux de tête et migraines : les comprendre et les vaincre - Jacques Philippe Meloche 1988

Vertiges : manuel de diagnostic et de réhabilitation - Jean-Pierre Sauvage 2014-02-05

Le « sixième sens », c'est la perception de soi-même dans le champ gravitationnel terrestre. Sa pathologie, c'est le vertige qui impacte tout l'organisme : la vision, l'équilibre, la vie neuro-végétative et même le psychisme. L'oublié d'Aristote se niche au coeur de l'oreille interne, dans le labyrinthe vestibulaire, aux côtés de l'audition. Mais il reste sous contrôle du cervelet. Grâce à l'imagerie, les tableaux cliniques répertoriés au fil des décennies se sont dédramatisés. Cependant, la plupart des diagnostics restent fondés

sur la clinique : VPPB, vertiges migraineux, déficits vestibulaires brusques et Ménière. L'acuité de l'examen vestibulaire s'est décuplée par la vidéonystagmoscopie et la vidéonystagmographie. Chacun peut voir, enregistrer et revoir des nystagmus que seuls quelques « prophètes » avaient pu observer au siècle dernier. Il en ressort une logique impeccable reposant sur un répertoire de six mouvements oculaires générés par chacun des six canaux semi-circulaires. Les combinaisons de nystagmus périphériques doivent être ensuite distinguées des désinhibitions centrales. Composé de trois grandes parties, cet ouvrage est très illustré et enrichi de plus de 40 vidéos en ligne, de protocoles d'examen et de nystagmus pathologiques. La première partie consacrée aux aspects anatomophysiologiques permet de mieux comprendre les nystagmus et mouvements anormaux observés dans la pathologie de l'oreille interne et de l'appareil vestibulaire. La deuxième partie consacrée à la clinique a été augmentée d'arbres diagnostiques et de vidéonystagmographies en ligne. Deux nouveaux chapitres sont proposés, l'un consacré au VPPB du canal horizontal et l'autre aux VPPB rares ou complexes. La troisième partie consacrée à la réhabilitation, avec notamment un catalogue d'exercices vestibulaires, s'est attachée dans son dernier chapitre à préciser l'importance du bilan vestibulaire dans les chutes à répétition des sujets âgés. Cet ouvrage s'adresse non seulement aux ORL, mais aussi aux kinésithérapeutes, aux médecins de rééducation ainsi qu'aux neurologues et aux gériatres.

Au coeur du burn-out - Candice Deroni 2022-04-29

Vous souffrez de cette maladie souvent invisible, vous ne vous comprenez pas, votre entourage vous prend pour un ou une extraterrestre... "Vous pouvez pleurer car vous avez peur. Le pire est arrivé, vous vous êtes empêchée de vivre. Le meilleur vous attend, il est devant vous." Au fil des pages, je vous livre : □ mon quotidien : plus banal tu meurs □ mon énergie minimale : je parle de l'énergie comme d'un amour perdu □ les bonnes nouvelles : si, si, y'en a □ les suggestions : celles que j'aurais aimées entendre □ les désagréments nombreux, mais à relativiser : si, si c'est possible! □ des textes courts, car je connais notre capacité de concentration ! Vous vous sentirez moins seul.e Sabrina Saint : "Au du burn-out" m'a permis de m'identifier. Un vrai soulagement de savoir que nous ne sommes pas seuls à traverser cette épreuve difficile. Un livre réconfort. Ce livre mériterait même d'être offert à certaines personnes de notre entourage pour qu'ils comprennent notre souffrance." Nathalie Moreau : "J'ai trouvé "Au du burn-out " très agréable à lire et utile car j'ai des amies en burn-out. En le lisant, j'ai même compris que je n'étais peut-être pas passée loin !" De mère au foyer à directrice d'établissement social, Candice Deroni a abordé sa vie professionnelle comme un challenge. Elle écrit des romans pour partager ses passions : la place des femmes, le développement personnel et l'empowerment. Happée par un burn-out pendant presque deux ans, elle nous livre le récit de cette traversée mouvementée.

Comprendre et combattre la migraine - Patrick Henry 2003

La migraine est un mal très répandu : elle touche plus de 5 millions de français chez lesquels elle entraîne un véritable handicap, retentissant de façon notable, quand elle survient, sur leur vie quotidienne. Dans cet ouvrage complet, actuel et parfaitement accessible à tous, l'auteur expose d'abord les différents symptômes dont se plaint le sujet atteint de migraine, puis il démystifie certaines idées reçues telles que " c'est le foie

", " c'est les sinus ", " c'est les nerfs ", avant d'expliquer de façon claire et détaillée qu'il faut prendre le migraineux au sérieux et de répondre à toutes les questions que chacun se pose sur ce mal encore mystérieux à certains égards. Quelles sont les causes de la migraine ? Est-elle héréditaire ? La prise de certains aliments comme les œufs ou le chocolat favorise-t-elle l'apparition des maux de tête ? Quels sont les signes annonciateurs de la migraine ? Qu'est-ce qu'une migraine ophtalmique ? La migraine disparaît-elle à la ménopause ? Est-elle une maladie psychique ? Le migraineux doit-il consulter ? Si oui, qui ? : son généraliste, un neurologue, un homéopathe ? Comment diagnostiquer une migraine ? Le scanner et l'IRM du cerveau sont-ils des examens utiles ? Comment prévenir la migraine ? Quel traitement suivre ? etc. Cet ouvrage, principalement rédigé sous forme de questions-réponses, comporte également de nombreux cas cliniques auxquels les différents lecteurs peuvent s'identifier. Il constitue un guide indispensable pour tout sujet souffrant de migraine et son entourage. Il s'adresse à un très large public.

Ecouter et comprendre la maladie - Pierre-Jean Thomas-Lamotte 2002

La pilule contraceptive, c'est fini ! - Eugénie Tabi 2022-06-21

Effets secondaires indésirables, pollution intérieure, valeurs incompatibles (vegan, zéro déchet, santé naturelle), désir d'enfant... Quelles que soient les raisons d'arrêter la pilule contraceptive, il est nécessaire de le faire en connaissance de cause. Ce livre répondra alors à toutes vos questions : comment savoir si les désagréments sont causés par les contraceptions hormonales, comment faire concrètement pour arrêter, à quoi s'attendre après l'arrêt, comment éviter ou favoriser naturellement une grossesse... L'autrice propose également des alternatives sans hormones pour être épanouie avec son cycle naturel, comme la symptothermie, une méthode d'observation du cycle d'une grande fiabilité. Dites enfin stop à la pilule, en toute sécurité !

Au coeur du burn-out - Candice Deroni 2022-05-13

Vous souffrez de cette maladie souvent invisible, vous ne vous comprenez pas, votre entourage vous prend pour un ou une extraterrestre... "Vous pouvez pleurer car vous avez peur. Le pire est arrivé, vous vous êtes empêchée de vivre. Le meilleur vous attend, il est devant vous." Au fil des pages, je vous livre : □ mon quotidien : plus banal tu meurs □ mon énergie minimale : je parle de l'énergie comme d'un amour perdu □ les bonnes nouvelles : si, si, y'en a □ les suggestions : celles que j'aurais aimées entendre □ les désagréments nombreux, mais à relativiser : si, si c'est possible! □ des textes courts, car je connais notre capacité de concentration ! Vous vous sentirez moins seul.e Sabrina Saint : "Au ♥ du burn-out" m'a permis de m'identifier. Un vrai soulagement de savoir que nous ne sommes pas seuls à traverser cette épreuve difficile. Un livre réconfort. Ce livre mériterait même d'être offert à certaines personnes de notre entourage pour qu'ils comprennent notre souffrance." Nathalie Moreau : "J'ai trouvé "Au ♥ du burn-out " très agréable à lire et utile car j'ai des amies en burn-out. En le lisant, j'ai même compris que je n'étais peut-être pas passée loin !" De mère au foyer à directrice d'établissement social, Candice Deroni a abordé sa vie professionnelle comme un challenge. Elle écrit des romans pour partager ses passions : la place des femmes, le développement personnel et l'empowerment. Happée par un burn-out pendant presque deux ans, elle nous livre le récit de cette traversée mouvementée.