

15% des personnes âgées se plaignent de fréquents maux de tête, trop souvent rattachés à « l'arthrose du cou » alors qu'il peut s'agir d'une urgence. Par quoi sont causés les maux de tête chez les personnes âgées ? Quelles sont les possibles conséquences ? Que peut faire l'aidant familial ?

Comprendre les causes

40 % des maux de tête sont causés parce que les muscles autour du crâne ont un tonus trop élevé : le proche est anxieux voire dépressif, notamment à cause d'un récent veuvage ou d'un conflit familial... mais aussi en cas de maladie de Parkinson.

Cela peut également être à cause d'une poussée de migraine connue, même si ce trouble de l'oxygénation du cerveau est moins fréquent qu'avant et peut désormais se présenter différemment.

D'autres causes peuvent aussi venir du cerveau lui-même.

- Soit parce qu'une pression anormale y règne à cause de la taille ou de l'oedème entourant une tumeur, ou bien à cause d'un hématome, surtout si le proche prend des anticoagulants (AVC hémorragique voire hématome sous-dural survenant en quelques semaines à la suite de chutes même minimes).
- Soit parce que la pression dans ses artères est trop élevée (tension artérielle supérieure à 25...), ou que le sang y est mal oxygéné (syndrome des apnées du sommeil, anémie, broncho-pneumopathie chronique,...) ou présente des anomalies (du calcium, du sodium, de la glycémie..) ou véhicule des médicaments dont les maux de tête font partie des effets secondaires (anti-inflammatoires, certains anti-hypertenseurs ou antibiotiques ou ceux luttant contre l'acidité gastrique,...).

Sans oublier les intoxications à l'oxyde de carbone (CO) dans des habitats non ventilés, chauffés par des chaudières non entretenues...

Enfin parce que d'autres éléments du crâne souffrent : les yeux (surtout le glaucome avec sa majoration de la tension oculaire) ou les sinus (les sinusites peuvent parfois ne donner que des maux de tête) ou les dents (infections) ou l'inflammation de l'artère au niveau d'une tempe (maladie de Horton affectant cette artère mais aussi, par exemple, les artères oculaires d'où un risque de cécité...)

Quant à « l'arthrose du cou », elle ne doit plus être la raison à évoquer systématiquement sous peine de retarder la prise en charge de la réelle cause ; cependant, elle peut provoquer

des crises de maux de tête partant du cou et montant vers l'arrière puis le sommet de la tête (névralgie d'Arnold).

Quelles conséquences ?

D'abord, les risques dûs à l'anomalie révélée par les maux de tête et relevant d'une prise en charge en urgence :

- risque de cécité en cas de maladie de Horton non soignée (elle survient dans 50% des cas!),
- risque d'accident vasculaire cérébral en cas de poussée sévère d'hypertension artérielle ou de syndrome d'apnées du sommeil négligé,
- risque de fractures par chutes à répétition induites par une intoxication à l'oxyde de carbone, voire de décès (intoxication à l'oxyde de carbone, etc,..)

Mais aussi le risque de dépression par des maux de tête devenus chroniques dont le traitement n'est pas bien suivi, avec un risque d'isolement social, de perte d'appétit, de conduites alcooliques,...

Sans oublier, par exemple, les troubles visuels irréversibles d'un glaucome traité trop tardivement ou des troubles de mémoire persistants après une intoxication à l'oxyde de carbone.

Que peut faire l'aidant familial ?

Eclairer le proche sur les risques et lui ayant démontré qu'il est déconseillé de négliger tout mal de tête, lui conseiller de contacter au plus vite son médecin traitant.

Le rassurer sur le fait qu'une cause sera alors identifiée et qu'un traitement pourra enfin le soulager.