

Une étude



pour



L'OBSERVATOIRE SANTÉ
PRO BTP

RTL, Observatoire santé Pro-BTP

Vague 5 – Maux de tête et migraines

Novembre 2023

Jean-Daniel Lévy, Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion

Morgane Hauser, Directrice d'études au Département Politique – Opinion

Rémy Broc, Chef de groupe au Département Politique - Opinion

Yanis Belaghene, Chargé d'études senior au Département Politique – Opinion



Sommaire

Méthodologie d'enquête	P.3
Principaux enseignements de l'enquête	P.5
Les maux de tête des Français : fréquence et symptômes	P.7
Les maux de tête des Français : traitement et prise en compte	P.13
Migraines : les reconnaître, les diagnostiquer	P.16

Méthodologie d'enquête



Enquête réalisée **en ligne** du **16** au **20 novembre** 2023.



Échantillon de **1015** personnes représentatif des Français âgés de 18 ans et plus.



Méthode des quotas et redressement appliqués aux variables suivantes : **sexe**, **âge**, **catégorie socioprofessionnelle**, **région** et **taille d'agglomération** de l'interviewé(e).



Aide à la lecture des résultats détaillés :

- Les chiffres présentés sont exprimés en pourcentage.
- Les chiffres en italique sont ceux qui apparaissent significativement au-dessus de la moyenne.

Intervalle de confiance

L'intervalle de confiance (parfois appelé « marge d'erreur ») permet de déterminer la confiance qui peut être attribuée à une valeur, en prenant en compte la valeur observée et la taille de l'échantillon. Si le calcul de l'intervalle de confiance concerne les sondages réalisés avec la méthode aléatoire, il est communément admis qu'il est proche pour les sondages réalisés avec la méthode des quotas.

Taille de l'échantillon	5% ou 95%	10% ou 90%	20% ou 80%	30% ou 70%	40% ou 60%	50%
100 interviews	4,4	6,0	8,0	9,2	9,8	10
200 interviews	3,1	4,3	5,7	6,5	6,9	7,1
300 interviews	2,5	3,5	4,6	5,3	5,7	5,8
400 interviews	2,2	3,0	4,0	4,6	4,9	5,0
500 interviews	2,0	2,7	3,6	4,1	4,4	4,5
600 interviews	1,8	2,4	3,3	3,8	4,0	4,1
800 interviews	1,5	2,1	2,8	3,2	3,4	3,5
1 000 interviews	1,4	1,8	2,5	2,9	3,0	3,1
2 000 interviews	1,0	1,3	1,8	2,1	2,2	2,3
3 000 interviews	0,8	1,1	1,5	1,7	1,8	1,8
4 000 interviews	0,7	0,9	1,3	1,5	1,6	1,6
6 000 interviews	0,6	0,8	1,1	1,3	1,4	1,4



Principaux enseignements de l'enquête

Que retenir de cette enquête ?

- Au quotidien, le corps des Français est source de douleurs multiples, et **notamment de problèmes de dos** : près des deux tiers indiquent en souffrir régulièrement (65%, dont 25% « souvent »). Ces douleurs dorsales sont souvent couplées à des douleurs musculaires (56%) ou articulaires (51% dans l'ensemble et jusqu'à 65% chez les 65 ans et plus), et ne laissent personne à l'abri : même chez les plus jeunes, 60% indiquent avoir fréquemment mal au dos. Parmi ces douleurs du quotidien, **les maux de tête sont également fréquents : près d'un Français sur deux indique en subir régulièrement (49%)**. En tendance, ils semblent concerner un peu davantage les femmes (qui déclarent plus que la moyenne ressentir les différentes douleurs testées), mais aussi les générations les plus actives (25-34 ans, 62% ; 35-49 ans, 62%) et les parents (62%).
- Relativement répandus, les maux de tête semblent généralement liés à **la fatigue (70%), au stress (45%), et au bruit (38%)** dans une moindre mesure. Le temps passé devant les écrans (37%) apparaît également comme une cause fréquente de maux de tête, notamment chez les plus jeunes (44%). Souvent d'une douleur supportable (en moyenne 5,1 sur une échelle de 1 à 10), les maux de tête sont généralement **plus douloureux auprès des personnes qui les expérimentent le plus souvent**. Alors que dans la population générale, 30% des Français déclarent des maux de tête intenses, 60% de ceux qui ont le plus souvent mal à la tête indiquent des douleurs difficilement supportables.
- Apparaissant généralement au cours de la journée (58% des Français), les maux de tête sont généralement **traités par de l'automédication** via des remèdes sans prescription (43%), ou par une **phase de repos (40%)**, quand ils ne sont pas purement et simplement ignorés en attendant que cela passe (25%). Les plus touchés, ceux qui sont souvent atteints de maux de tête, ont un peu davantage tendance à consulter (12% contre 6% en population générale), à prendre des médicaments sur prescription leur restant d'un précédent traitement (27% contre 17%) ou à se tourner vers des solutions alternatives comme les plantes ou l'homéopathie (19% contre 10%). On note dans l'ensemble que les Français se sentent **plutôt bien informés sur ces différentes manières de traiter** les maux de tête (62%), mais **moins sur les méthodes pour les prévenir et/ou les éviter (51%)**, qu'ils aient eux-mêmes des maux de tête fréquents ou non. Dans les deux cas, les marges de progression sont importantes, et une meilleure information apparaît comme un facteur clé pour réduire les maux de tête et leur impact à l'avenir
- Au final, les maux de tête ont une position ambivalente dans les représentations : à la fois plutôt reconnus et pris au sérieux au sein de la société (61%), ils ne permettent pas toujours aux Français de se sentir légitimes à éviter certaines tâches du fait de la douleur (47%).
- Mais qu'en est-il des migraines ? De notoriété publique, **la migraine apparaît comme une pathologie qui diffère du mal de tête** : la majorité des Français indiquent même qu'il y a pour eux une « grande différence (74%) entre les deux. Proportionnellement à la part de Français qui indiquent ressentir des maux de tête en France, ceux qui ont cherché à se faire dépister auprès d'un médecin pour la maladie chronique qu'est la migraine sont peu nombreux (23% au total). On note néanmoins que le **plus souvent, les plus concernés ont entamé des démarches : 53% de ceux qui ont « souvent » mal à la tête et 45% de ceux qui ont des maux de tête très douloureux indiquent avoir déjà consulté pour se faire diagnostiquer.**

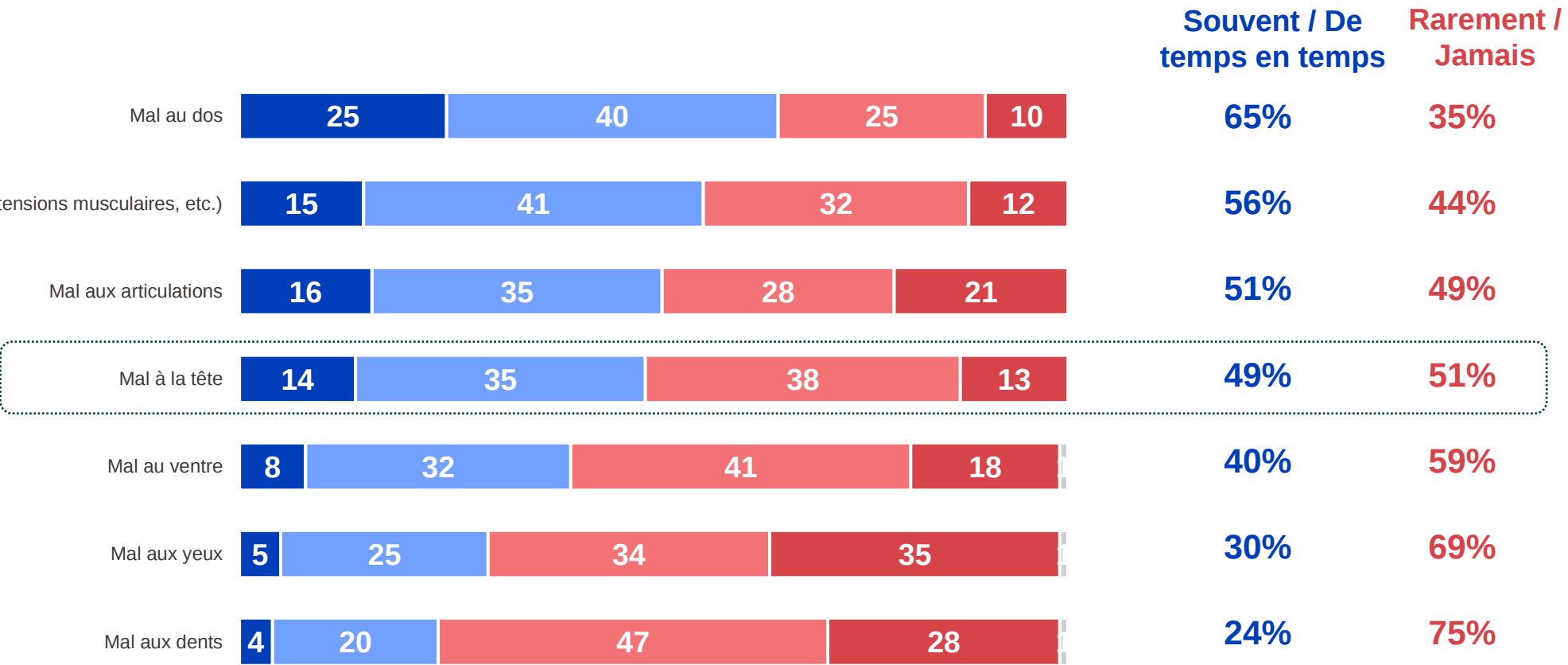


Les maux de tête des Français : fréquence et symptômes

Le quotidien des Français est marqué par des douleurs récurrentes, principalement dans le dos, les muscles et les articulations ; les maux de tête sont réguliers chez plus d'un Français sur deux

De manière générale, diriez-vous que vous avez souvent, de temps en temps, rarement ou jamais... ?

- À tous, en % -



- Souvent
- De temps en temps
- Rarement
- Jamais ou presque
- Ne se prononce pas

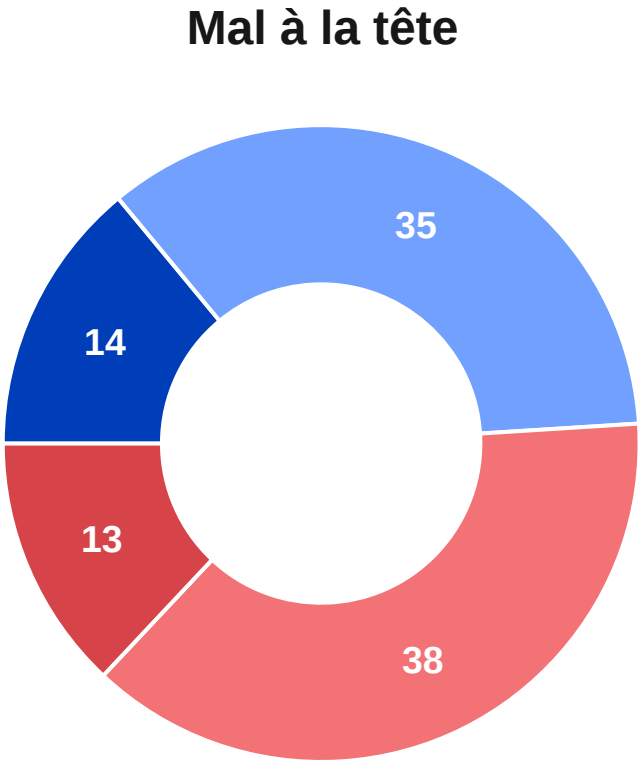
Les maux de tête se montrent particulièrement fréquents chez les femmes, chez les populations actives (25-49 ans) et chez les parents

De manière générale, diriez-vous que vous avez souvent, de temps en temps, rarement ou jamais... ?

- À tous, en % -

**Souvent /
De temps en temps : 49%**

Femmes : 56%
25-34 ans : 62%
35-49 ans : 62%
Parents : 62%



Rarement / Jamais : 51%

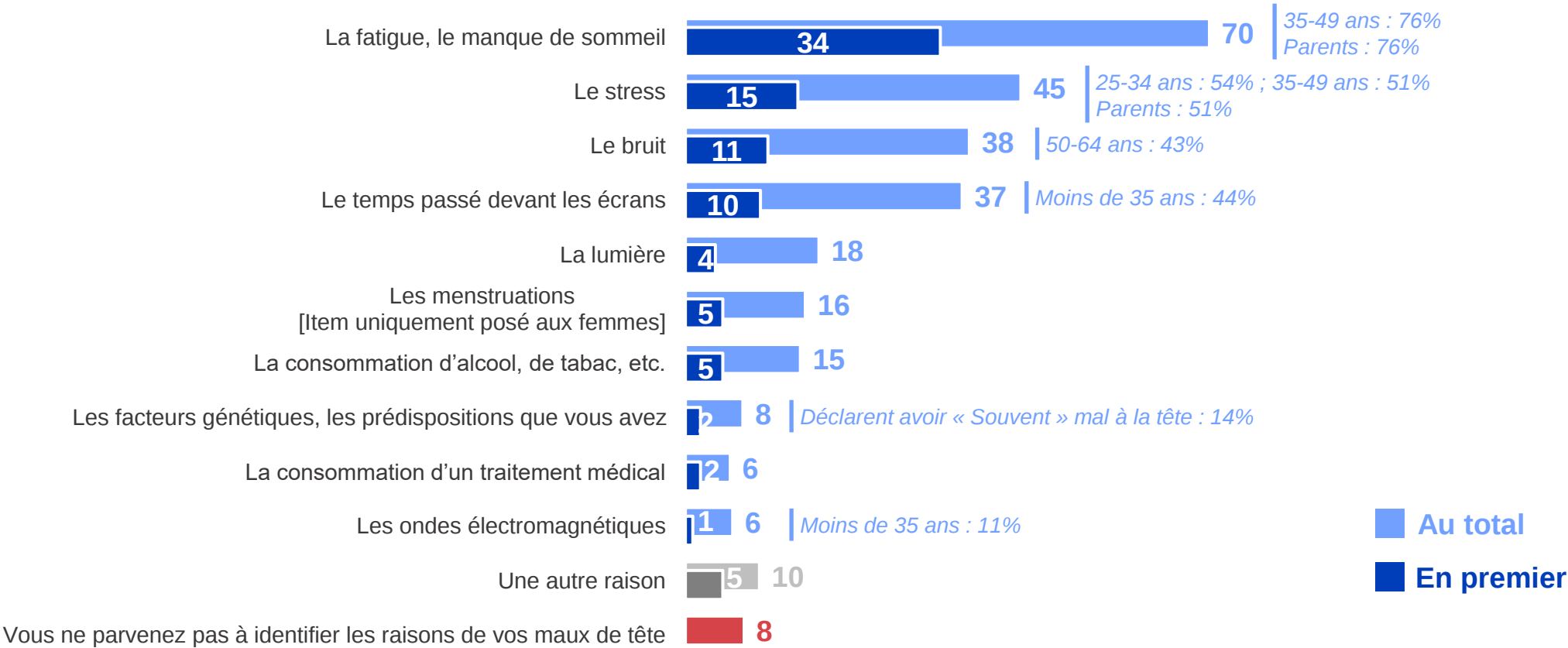
Hommes : 58%
50 ans et plus : 65%

■ Souvent ■ De temps en temps ■ Rarement ■ Jamais ou presque

Généralement, les Français lient leurs maux de tête à la fatigue, au stress, au bruit ambiant ; le temps passé devant les écrans, notamment chez les plus jeunes, apparaît comme une cause récurrente pour les maux de tête

Selon vous, lorsque vous avez des maux tête, ils sont principalement causés par... ?
En premier ? En deuxième ? En troisième ?

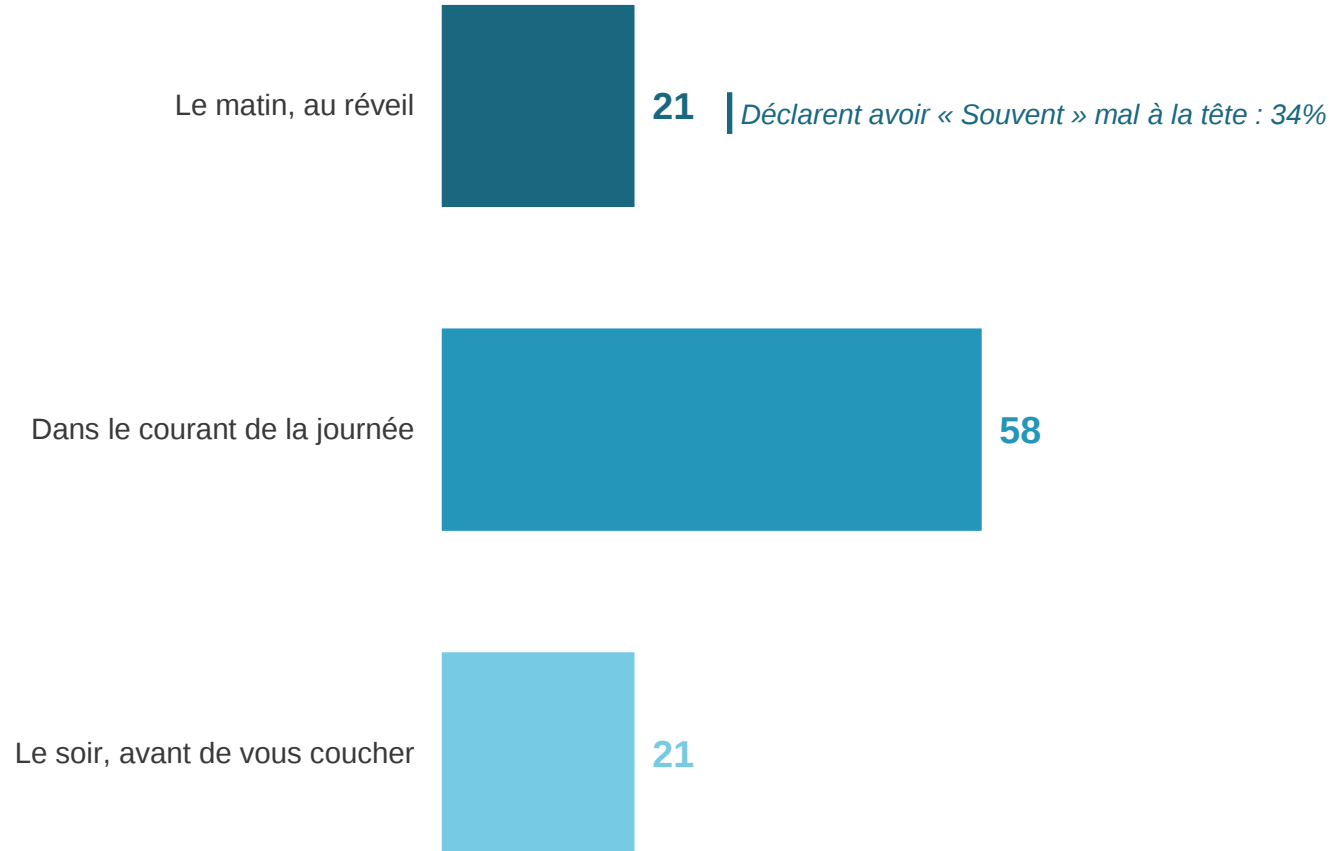
- À tous, en % -



La plupart des Français sont plutôt atteints de maux de tête au cours de leur journée, mais il ne s'agit pas d'une norme : près d'un quart en souffrent plutôt le matin, près d'un quart plutôt en fin de journée

Lorsque vous avez des maux de tête, ceux-ci ont plutôt lieu... ?

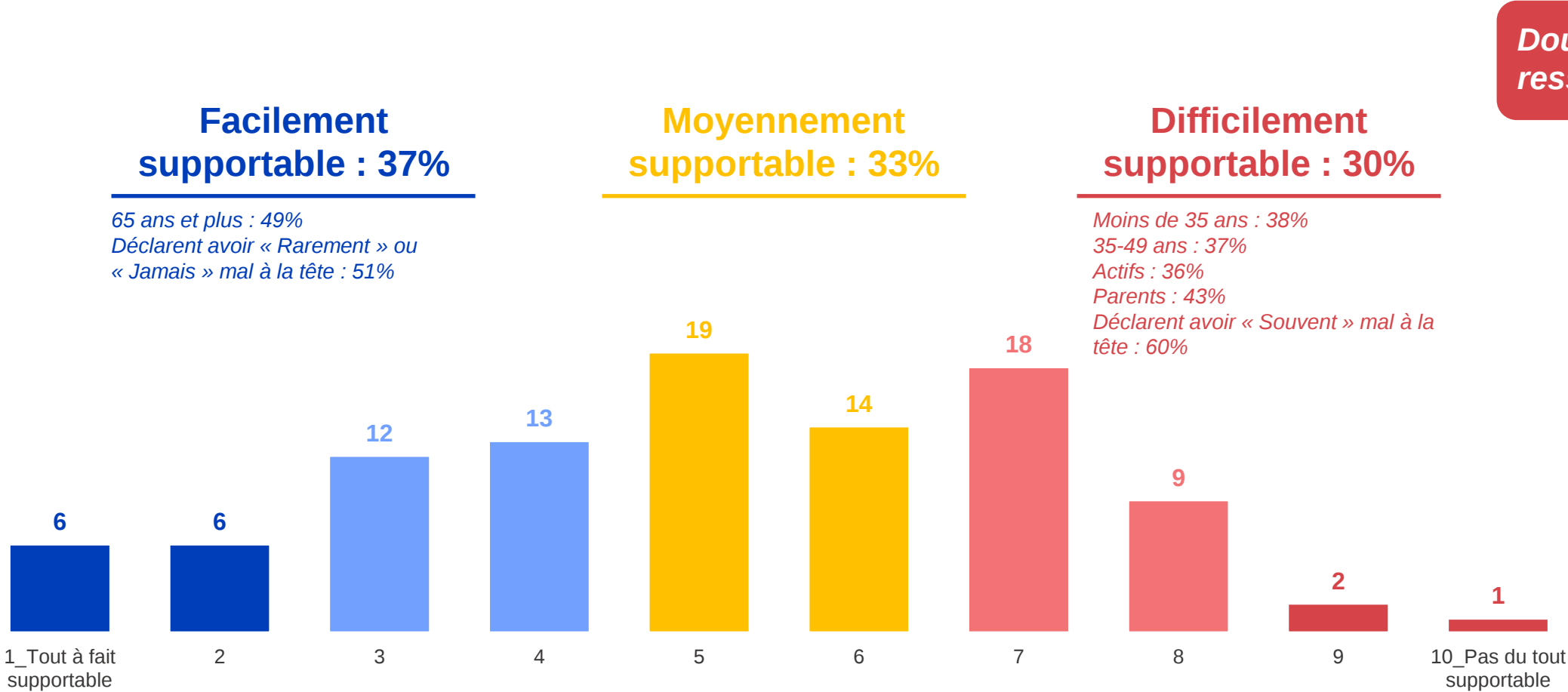
- À tous, en % -



Rares sont les Français qui témoignent de maux de tête extrêmement douloureux et la plupart du temps, ils restent plutôt supportables ; néanmoins, près d'un tiers témoignent de fortes douleurs récurrentes

De manière générale, lorsque vous avez des maux de tête, comment estimez-vous généralement le niveau de douleur, sur une échelle de 1 à 10 ?

- À tous, en % -





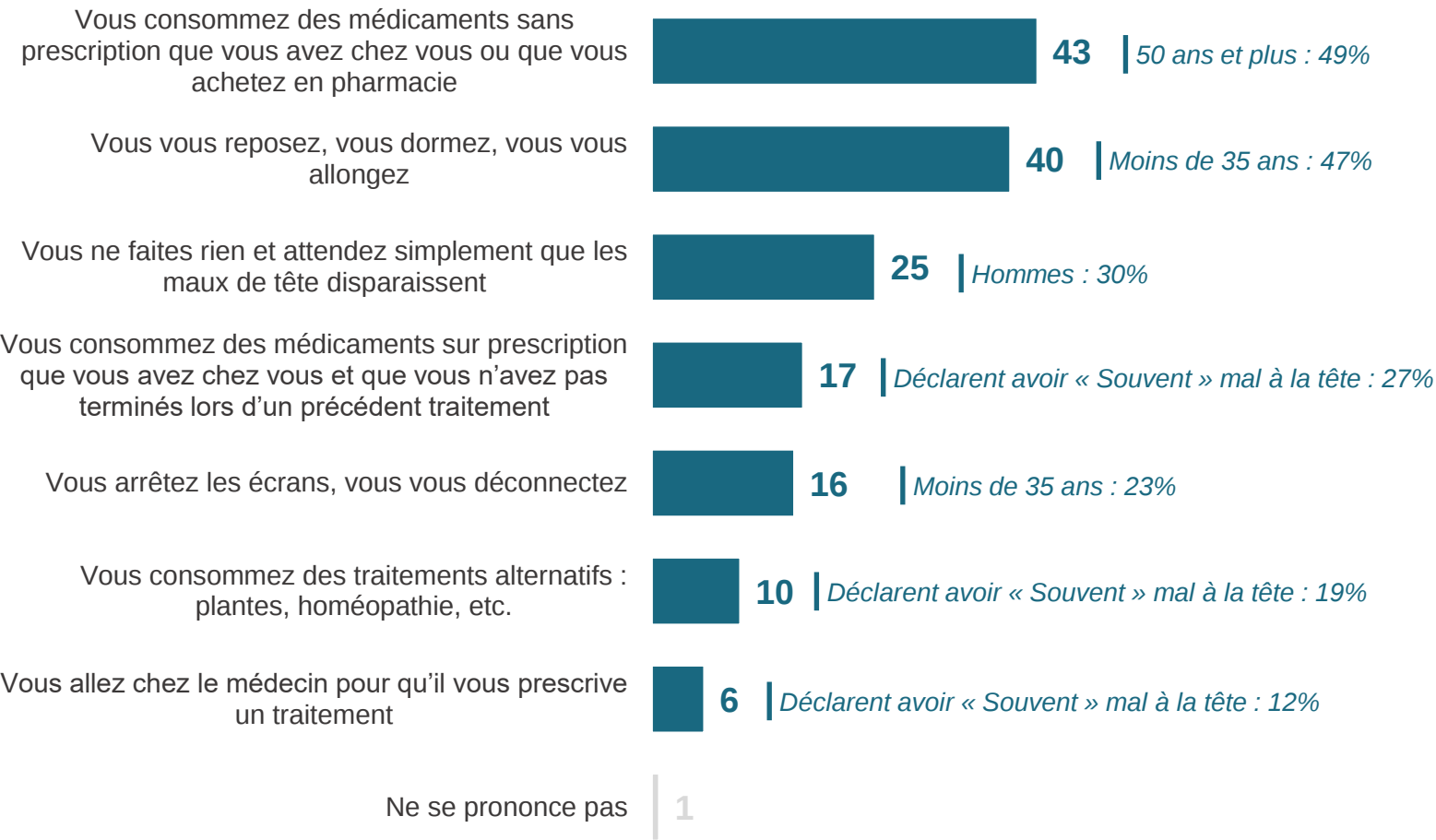
Les maux de tête des Français : traitement et prise en compte

L'automédication et le repos sont, de loin, les solutions privilégiées par les Français en cas de maux de tête, qu'ils ont également tendance à laisser passer, sans s'en préoccuper davantage ; les plus concernés ont plus souvent que la moyenne recours à des solutions sur prescription ou à des solutions alternatives (plantes, homéopathie)

Personnellement, s'il vous arrive de ressentir des maux de tête, quelle(s) solution(s) privilégiez-vous... ?

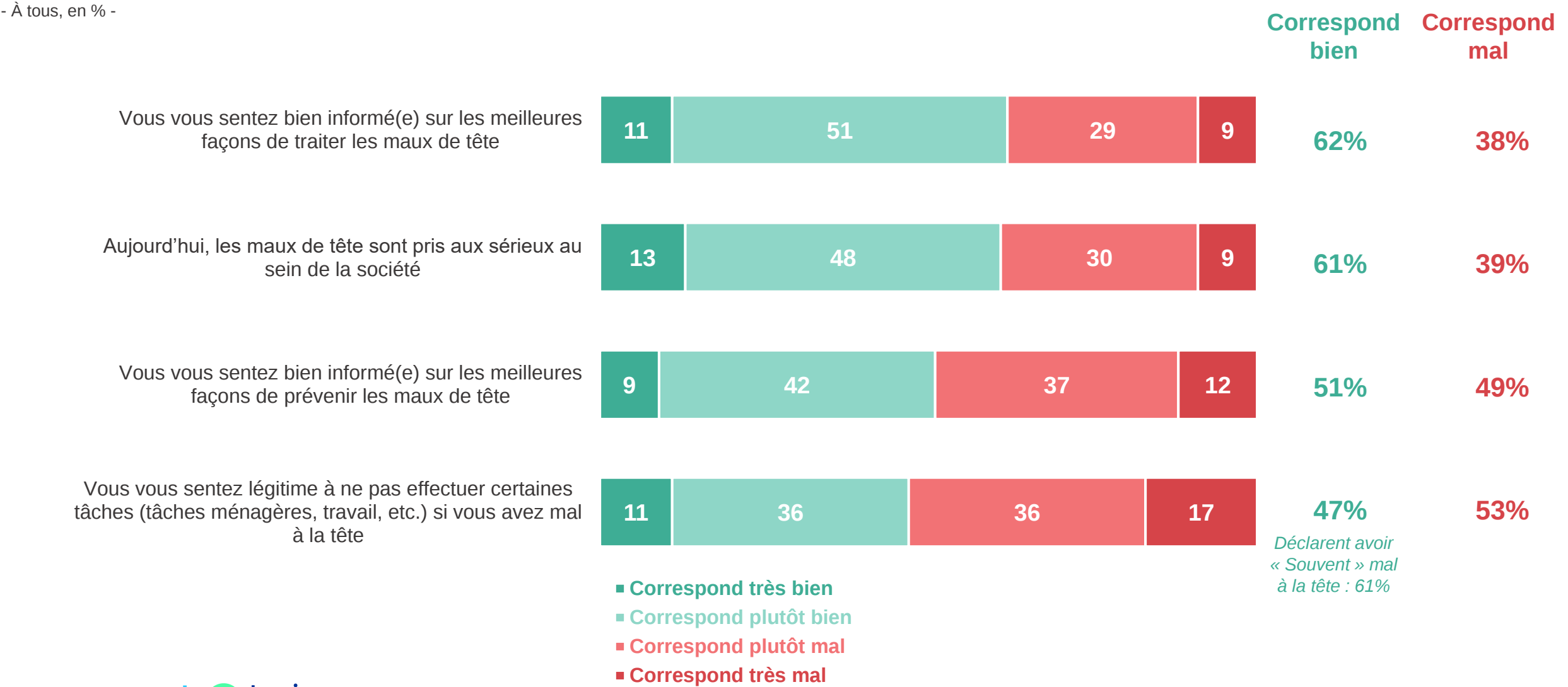
Deux réponses possibles

- À tous, en % -



Si les maux de tête apparaissent pris au sérieux aujourd’hui, il reste des zones d’incertitude sur les meilleurs moyens de les traiter et surtout de les éviter, y compris chez ceux qui en ressentent souvent ; moins d’un Français sur deux se sent cependant légitime à renoncer à certaines tâches pour cause de maux de tête

Diriez-vous que chacune des affirmations suivantes correspond bien ou mal à l’opinion que vous portez sur les maux de tête ?





Migraines : les reconnaître, les diagnostiquer

Très nettement, les Français différencient migraines et maux de tête comme deux pathologies différentes, qu'ils aient eux-mêmes fréquemment mal à la tête ou non

Personnellement, estimez-vous qu'il y a une différence ou non entre un mal de tête et une migraine ?

- À tous, en % -

Une grande différence : 74%

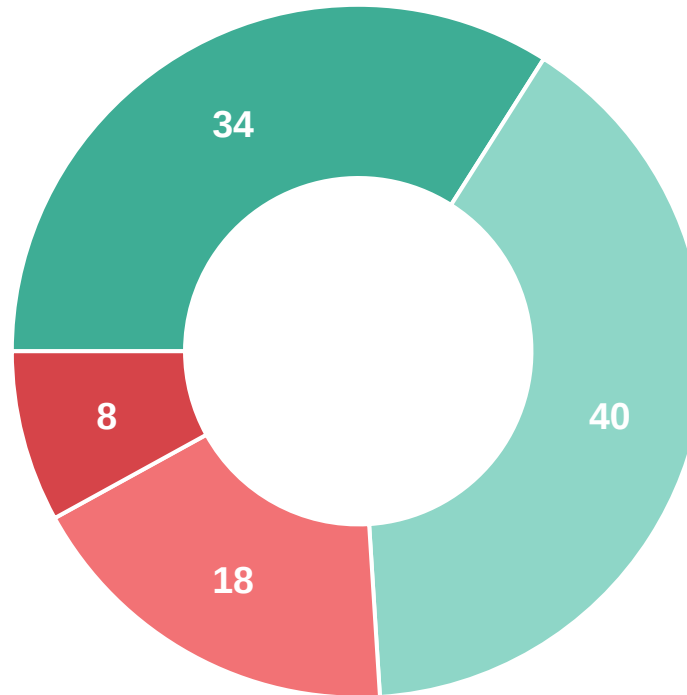
Femmes : 80%

Une faible différence : 26%

Hommes : 33%

Moins de 35 ans : 33%

Déclarent n'avoir « jamais ou presque » mal à la tête : 34%



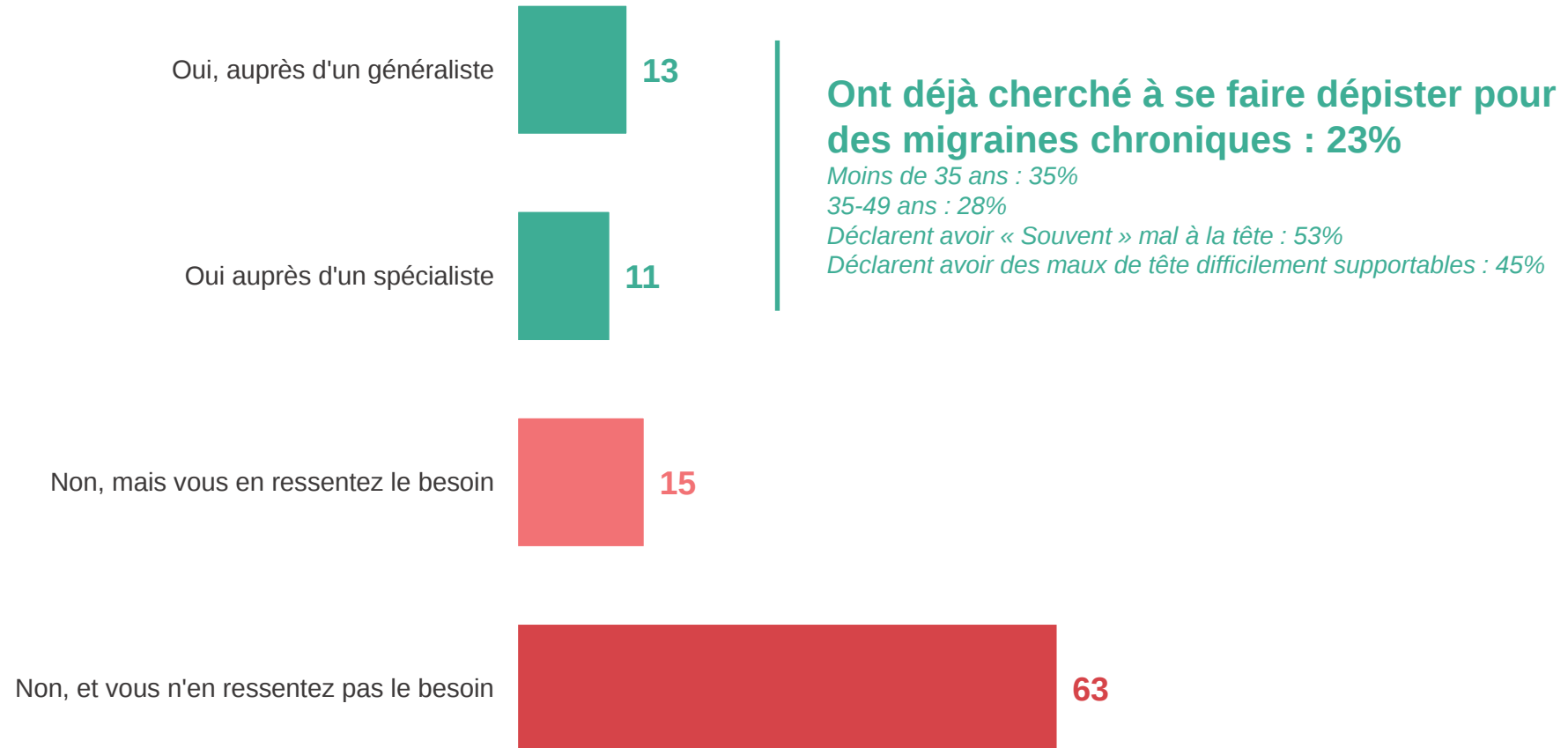
- Une très grande différence
- Une assez grande différence
- Une assez faible différence
- Une très faible différence / Pas de différence

A l'échelle de la population, rares sont ceux qui ont déjà cherché à se faire dépister pour des migraines chroniques ; ils sont néanmoins plus nombreux, voire majoritaires chez ceux qui expérimentent des maux de tête fréquents et/ou douloureux

Personnellement, avez-vous déjà cherché à vous faire dépister auprès d'un médecin pour établir un diagnostic de migraines chroniques ?*

Plusieurs réponses possibles pour la réponse « Oui » - Le total est supérieur à 100%

- À tous, en % -



Contacts

Merci de noter que toute diffusion de ces résultats doit être accompagnée des éléments techniques suivants : le **nom de l'institut**, le **nom du commanditaire** de l'étude, la **méthode d'enquête**, les **dates de réalisation** et la **taille de l'échantillon**.

Suivez l'actualité de Harris Interactive sur :



www.harris-interactive.com



[Facebook](#)



[Twitter](#)



[LinkedIn](#)

Contacts Harris Interactive en France :

- Jean-Daniel Lévy – Directeur délégué – Stratégies politiques et d'opinion – 01 44 87 60 66 – jdlevy@harrisinteractive.fr