

Dr. med. Klaus Strackharn

Nie wieder Migräne!

*Wer die Ursachen kennt,
kann sich vor ihren Folgen schützen*

Mit zahlreichen Abbildungen



Inhalt

Vorwort	
<i>Geburt einer Idee.</i>	7
Weisheiten	
<i>Was Migräne <u>nicht</u> ist.</i>	11
Migräne- Geschichten	
<i>Migräne-Schicksale und ihre Wende.</i>	13
Fragen	
<i>Migräne-Auslöser.</i>	24
Fragezeichen	
<i>Was, hat Migräne mit dem Genick zu tun?</i>	27
Zufall	
<i>Wie ein Röntgenbild</i> <i>Licht ins Dunkel brächte.</i>	32
Studie	
<i>Röntgenbilder bei Migräne</i> <i>und anderen Kopfschmerzen.</i>	37
Beobachtungen	
<i>Wie Schulterprobleme Migräne auslösen.</i>	40
Einsichten	
<i>Wie Dauerstreß Migräne erzeugt.</i>	47
Neuigkeiten	
<i>Besonderheiten des Genicks.</i>	52

Beziehungen	
<i>Die Benervung des Genicks und seiner Umgebung.</i> 73
Trittbrettfahrer	
<i>Schmerzübertragung vom Genick bis ins Gesicht.</i> 88
Spione	
<i>Empfindliche Nervenenden - Fühler der Migräne.</i> 97
Feuerchen	
<i>Entzündungen, die Migräne zünden.</i> 108
Turboeffekt	
<i>Anfallsbeschleuniger: obere Brustwirbelsäule.</i> 121
Trichter	
<i>Migräne begünstigende und auslösende Umstände.</i> 128
Entsorgung	
<i>Therapie: das programmierbare Ende der Migräne.</i> 133
Stichworte	
<i>Wichtige Informationen rund um die Migräne von A bis Z</i> 161