

Анатолий Шемякин

**Мигрень, головные боли и шейный
остеохондроз: нейромышечные
причины и решения**

«Автор»

2026

Шемякин А. А.

Мигрень, головные боли и шейный остеохондроз: нейромышечные причины и решения / А. А. Шемякин — «Автор», 2026

Мигрень, боль напряжения, боль в затылке при шейном остеохондрозе — всё это часто связано с нейромышечными сбоями в шейном отделе позвоночника. Метод P-DTR позволяет найти нейромышечный источник головной боли и устранить его без лекарств и операций. Практическое руководство специалиста по нейромышечной диагностике.

© Шемякин А. А., 2026

© Автор, 2026

Содержание

Введение: почему болит голова — и где искать причину	5
Глава 1. Шейный остеохондроз и головная боль	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Анатолий Шемякин

Мигрень, головные боли и шейный остеохондроз: нейромышечные причины и решения

Введение: почему болит голова — и где искать причину

Головная боль — одна из самых частых причин обращения к врачу. По данным ВОЗ, около 50% взрослых хотя бы раз в год испытывают значимую головную боль. Около 15% страдают мигренью.

Стандартный маршрут: анальгетики, триптаны при мигрени, при хронической боли — антидепрессанты и профилактические препараты. Некоторым помогает, многие продолжают страдать годами.

Есть группа головных болей, которые напрямую связаны с нейромышечными сбоями в шейном отделе. По различным оценкам, от 15 до 20% всех хронических головных болей имеют шейное происхождение.

Метод P-DTR работает именно с этим нейромышечным компонентом: находит, какие мышцы и рецепторы шейного отдела создают болевой сигнал, и устраняет этот источник.

Глава 1. Шейный остеохондроз и головная боль

Шейный остеохондроз — дегенеративные изменения межпозвонковых дисков шейного отдела. МРТ у большинства людей старше 35 лет покажет какие-то изменения — это норма возраста.

Симптомы шейного остеохондроза: боль и скованность в шее, головные боли (особенно затылочные и теменные), боль отдающая в плечо и руку, головокружение, шум в ушах.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «Литрес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на Литрес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.