

Le principali cause del mal di testa

Meccanismi endogeni

- *Modificazione dei vasi sanguigni che irrorano il cervello (dilatazione, restrizione, compressione di arterie e vene);*
- *Compressione, trazione infiammazione dei nervi cranici;*
- *Infiemmazione, contrattura o compressione dei muscoli extracranici e cervicali;*
- *Infiemmazione delle meningi.*

Fattori scatenanti

- *Stress fisico ed emotivo;*
- *Abuso di caffeina;*
- *Calo di zuccheri;*
- *Iperglicemia*
- *Posture scorrette;*
- *Mal-occlusione;*
- *Colpo di freddo;*
- *Odori o rumori intensi;*
- *Alterazioni del ritmo sonno-veglia;*
- *Fumo*
- *Abuso di alcool;*
- *Alcuni farmaci (consultare il proprio medico);*
- *Uso prolungato del computer.*