

Indice

Presentazione dell'edizione italiana

Claudia Perdighe

Prefazione

Tor Wager

Capitolo 1.

Il cervello di questo ragazzo potrebbe cambiare il mondo

Capitolo 2.

Il dolore è un segnale di pericolo

Capitolo 3.

Non c'è nulla da temere se non la paura stessa

Capitolo 4.

Abbracciare una nuova prospettiva

Capitolo 5.

Il tracciamento somatico

Capitolo 6.

Il processo

Capitolo 7.

Rompere l'abitudine all'alto livello di allerta

Capitolo 8.

Diventare bravi a sentirsi bene

Capitolo 9.

Ricadute, resilienza e recupero

Post scriptum.

Lo stato dell'assistenza sanitaria e la crisi degli oppioidi

Appendice

Come determinare se si soffre di dolore neuroplastico

Ringraziamenti

Note