

<<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

图书基本信息

书名：<<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

13位ISBN编号：9787502353360

10位ISBN编号：7502353364

出版时间：2006-7

出版时间：科学技术文献出版社

作者：王建、王丽平

页数：349

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

### 内容概要

《腰椎间盘突出症患者的家庭养护》系统地论述了腰椎间盘突出症的病因病机、临床表现、诊断、治疗、家庭调养及预防等相关知识。

腰椎间盘突出症多发于中老年人及长期保持固定姿势的年轻人群，如办公室职员、电脑操作员、会计、打字员、教师、司机、这些人们由于长期缺乏体育锻炼，体质相对薄弱，而且他们的腰椎长时间承受着静压，极易发生病变。

另外长时间从事重体力劳动或长期在寒冷潮湿环境工作的人员也极易发生腰椎间盘突出。

## <<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

### 书籍目录

1 腰椎间盘突出症概述 第一节 脊椎的生理功能 第二节 腰椎的生理功能 第三节 腰椎间盘的生理功能 第四节 腰椎间盘突出症的定义 第五节 腰椎间盘突出症好发的部位 一、疾病腰椎间盘突出症 二、高位腰椎间盘突出症 第六节 腰椎间盘突出症的危害 第七节 我国腰椎间盘突出症的现状 第八节 腰椎间盘突出症的易患因素 第九节 防治腰椎间盘突出症的意义

2 腰椎间盘突出症的诊断 第一节 腰椎间盘突出症的发病机制 第二节 腰椎间盘突出症的分型 第三节 腰椎间盘突出症的检查 一、临床症状 二、临床体征 第四节 腰椎间盘突出症的确诊 一、诊断 二、鉴别诊断

3 腰椎间盘突出症的治疗 第一节 腰椎间盘突出症的治疗原则 第二节 腰椎间盘突出症的中医治疗 一、中医对腰椎间盘突出症的认识 二、腰椎间盘突出症的中医病因病机 三、中医辨证治疗 四、中医针灸治疗 五、中成药治疗 六、中医验方治疗 七、中医外治疗法 八、药膳疗法 九、中医手法治疗 十、刮痧疗法 十一、气功疗法 十二、拔罐疗法 第三节 腰椎间盘突出症的西医治疗 一、腰椎间盘突出症的西医药物治疗 二、手术疗法 三、髓核化学溶解疗法 四、卧床休息疗法 五、腰椎牵引法 第四节 物理疗法 第五节 运动疗法

4 腰椎间盘突出症患者的日常生活指导 第一节 就医指导 第二节 起居指导 第三节 日常姿势指导 第四节 饮食指导 第五节 服药指导 第六节 心理指导 第七节 发作期护理指导 第八节 腰围使用指导 第九节 外出指导 第十节 消除错误姿势的训练指导 第十一节 对腰椎间盘突出症的错误认识 第十二节 日常生活中的不宜

5 腰椎间盘突出症患者的康复锻炼 第一节 腰椎病患者的日常康复训练 第二节 自我康复锻炼

6 腰椎间盘突出症的预防 第一节 腰椎间盘突出症的早期发现 第二节 预防原则 第三节 日常生活中的预防 一、定期进行健康检查 二、改善姿势,劳逸结合 三、坚持工间操 四、腰背肌的锻炼 五、日常工作与生活中腰部的保护 六、睡觉姿势正确 七、预防腰腿痛的饮食 八、戒烟 第四节 不同人群的预防 一、青少年的预防 二、孕妇的预防 三、汽车司机的预防 四、办公族的预防 五、体育运动员的预防 六、老年人的预防 第五节 运动预防

7 腰椎间盘突出症治疗病例介绍参考文献

## <<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

### 章节摘录

一、脊椎腰段外形的改变 腰椎间盘突出症病人为了减轻神经根及硬膜囊的受压，缓解腰腿痛症状，多采取身体前倾、弯腰凸臀这一保护性、抗痛性姿势，表现于正位片上可见腰椎侧弯、椎体偏歪、旋转、小关节对合不良。

侧位片腰椎前凸明显减小、消失，甚至反常后凸，腰骶角减小。

腰椎侧弯的方向绝大多数是凸向患侧，这要视突出物与神经根的空间位置关系而定，如突出物位于神经根的外侧，腰椎凸向患侧，如位于内侧，则反之，部分病人可发生交替性改变。

二、椎体外形的改变 1. 椎体后下角后翘或磨角样改变 此乃椎间盘突出后造成功能失调，对椎体后下缘的应力刺激增强，引起软骨增生和韧带附着处骨化所致。

2. 椎体下缘后半部浅弧形压迹 此征不同于中央区域结节，后者为局限性小丘状突起且常为多发。

前者弧形凹陷范围较大，为髓核后突后椎间盘变性、压力增高所致。

有人通过髓核造影发现突出的髓核即在此压迹下。

3. 椎体前后缘唇样增生 椎体后缘增生对诊断及定位价值很大，但较少出现，前缘增生正常情况下亦十分常见，但对腰4-5前缘单独唇样增生，结合临床及其他征象亦具有参考价值。

4. 椎间隙的改变 正常腰椎间隙的宽度是除腰5~骶1外，其余间隙等宽或腰。

3~4略宽，左右宽度一致且明显前宽后窄。

椎间盘突出症的病人由于腰椎侧弯和生理曲度的异常，正位片可见椎间隙左右不等宽，凹侧窄、凸侧宽，侧位片椎间隙前后等宽甚至前窄后宽。

椎间隙亦可均匀性变窄，且常合并相对椎体边缘的硬化增生，这是由于髓核大块突出或纤维环破裂后，椎间盘进一步退变及椎体不稳等因素所致，但此征亦可见于外伤、感染及正常生理退变，如在间隙绝对过窄的基础上，并前窄后宽则对诊断更有意义。

因个体差异，椎间隙宽度相差较大，故在判断椎间隙是否变窄时，应与相邻的间隙作一对比，就能够容易识别。

腰5~骶1，椎间隙正常变异较大，但因腰骶角的存在，间隙前半部明显高于后半部，所以当此间隙前后等宽时即具有相当高的诊断价值。

5. 突出物钙化 多见于病程长或年龄较大的病人，侧位片可见椎间隙后方椎管内结节状髓核钙化或线状纤维环钙化影，密度较淡，但较少出现，CT横断面容易观察且出现率较高，为平片确诊间盘纤维环破裂的直接X线征。

6. 脊椎侧弯 腰椎间盘突出（膨）出症患者多有不同程度的脊椎侧弯，多数患者弯向患侧，少数弯向健侧，这主要是因为髓核突出的位置不同，神经根为躲避髓核的压迫，减轻疼痛症状，保护性地使腰部脊椎发生不同方向的侧弯。

椎间盘和椎体的关节突是脊椎运动的基础，椎间盘髓核的张力和关节突关节的压力及周围韧带的张力，在脊椎处于任何状态体位时都是互相平稳地保持椎体之间关节的稳定，构成脊椎的内在平衡。脊椎前、后、侧方的肌肉群是控制脊椎活动的主要力量，可维持脊椎各个姿势的协调和稳定，此称之为外在平衡。

人直立时，从前后方位看脊椎应正直无侧弯，一旦髓核突出，破坏了脊椎的内在平衡，会使内、外平衡失去协调，导致两个椎体相对位置改变，椎体位置改变导致棘突和关节突的位置改变，表现为棘突偏歪和关节突错缝，使脊椎在外观上发生侧弯。

.....

## <<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

### 编辑推荐

《腰椎间盘突出症患者的家庭养护》内容全面、具体，旨在广泛普及腰椎间盘突出症的家庭治疗及预防知识，是腰椎间盘突出症患者及久坐少动人群预防腰椎间盘突出症的良好良师益友。

<<腰椎间盘突出症患者的家庭养护>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>