

<<颈椎病自我防治>>

图书基本信息

书名：<<颈椎病自我防治>>

13位ISBN编号：9787508220161

10位ISBN编号：7508220161

出版时间：2002-9

出版时间：金盾出版社

作者：张光武 编

页数：181

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>

<<颈椎病自我防治>>

前言

颈椎病是常见病、多发病，严重地影响着人们的身体健康和生活质量。

许多患者及其家属对颈椎病的认识、治疗和康复存在着一些误区，常因此而耽误了治疗的时机，增加了患者的痛苦和不必要的经济负担。

为此，我们编写了《颈椎病自我防治》一书，希望对患者有所帮助和启发。

颈椎病是一种发病隐匿，进展缓慢，临床表现复杂的疾病。

目前的治疗方法主要有非手术治疗和手术治疗两大类，而绝大多数的颈椎病患者完全可以在医师和专业人员的指导下，应用各种非手术治疗方法，达到治疗和康复的目的。

本书介绍了颈椎病患者便于在家中实施的预防、治疗、康复的方法及注意事项，重点介绍了颈椎病的物理疗法、体育疗法、中医药疗法及西医疗法等内容，具有简明、实用、有效、安全等特点。

本书适合颈椎病患者及其家庭成员学习应用，也可供基层医务人员参考。

本书在编写过程中，查阅了大量公开发表的文献资料，并从中得到有益的启迪，在此谨向有关作者表示衷心感谢。

由于我们水平有限，本书存在的某些不足或错误在所难免，敬请广大读者及医学界同仁批评指正。

<<颈椎病自我防治>>

内容概要

《颈椎病自我防治》以问答形式简要介绍了颈椎病的发病规律、临床表现、诊断方法等内容，重点阐述了便于颈椎病患者在家中实施的物理疗法、体育疗法、中医药疗法及西医疗法等知识。

《颈椎病自我防治》内容丰富、通俗易懂、图文并茂、科学实用，适合颈椎病患者及其家庭成员学习应用，也可供基层医务人员参考。

<<颈椎病自我防治>>

书籍目录

一、概述1. 什么是颈椎?颈椎的基本结构有哪些?2. 什么是颈椎病?3. 颈椎病的致病因素有哪些?4. 颈椎病有哪些主要的病理变化?5. 为什么颈椎容易出现骨质增生现象?6. 颈椎病是由骨质增生造成的吗?7. 颈椎骨质增生都会压迫神经吗?8. 有没有消除骨刺的方法?9. 什么是颈椎的生理曲度?怎样判断颈椎生理曲度的变化?10. 颈椎生理曲度变化与颈椎病有什么关系?11. 怎样通过颈椎X线片判断是否存在颈椎椎管狭窄?12. 什么是颈椎间盘突出?13. 什么是落枕?落枕是由颈椎病引起的吗?14. 为什么有的颈椎病患者视物不清?15. 颈椎病与血压异常有关系吗?16. 颈椎病与上肢感觉异常有什么关系?17. 颈椎病患者会出现脑缺血的表现吗?18. 颈椎病诱发心血管疾病的原因是什么?19. 有的颈椎病患者行走不稳是什么原因?二、临床表现及诊断20. 什么是颈型颈椎病?怎样诊断颈型颈椎病?21. 什么是神经根型颈椎病?22. 神经根型颈椎病有哪些临床表现?23. 怎样诊断神经根型颈椎病?24. 什么是椎动脉型颈椎病?25. 椎动脉型颈椎病有哪些临床表现?26. 怎样诊断椎动脉型颈椎病?27. 什么是脊髓型颈椎病?28. 脊髓型颈椎病有哪些临床表现?29. 怎样诊断脊髓型颈椎病?30. 什么是交感神经型颈椎病?31. 交感神经型颈椎病有哪些临床表现?32. 怎样诊断交感神经型颈椎病?33. 什么是混合型颈椎病?34. 什么是颈椎不稳定?35. 怎样诊断颈椎不稳定?36. 什么是颈椎椎管狭窄?37. 怎样诊断颈椎椎管狭窄?38. 什么是颈椎后纵韧带骨化症?39. 为什么颈椎病患者有时可出现大小便障碍?40. 有人活动颈部时出现弹响现象是颈椎病引起的吗?41. 为什么颈椎病患者经常出现头晕现象?42. 怎样判断头晕是否由颈椎病所引起?43. 手部麻木无力都是颈椎病引起的吗?44. 颈椎病患者出现吞咽困难的原因是什么?45. 颈椎病与脊髓空洞症有什么区别?46. 强直性脊柱炎和颈椎病有联系吗?47. 什么是颈肋?颈肋是颈椎病吗?48. 颈部韧带钙化、骨化与颈椎病有关系吗?49. 颈椎病有哪些特殊表现?50. 颈椎病有哪些物理检查方法?51. 颈椎病患者怎样做神经反射检查?52. 颈椎病患者应常规拍摄颈椎X线片吗?53. 什么是CT检查?CT检查对诊断颈椎病有何帮助?54. 什么是磁共振成像检查?磁共振成像检查对诊断颈椎病有何帮助?55. 什么是经颅多普勒超声检查?它对诊断颈椎病有何帮助?三、物理疗法及体育疗法56. 什么是理疗?理疗包括哪些基本内容?57. 理疗方法治疗颈椎病的基本原理是什么?58. 什么是直流电疗法?怎样使用直流电疗法治疗颈椎病?59. 直流电疗法有哪些适应证和禁忌证?60. 什么是音频电流疗法?怎样选择音频治疗?61. 什么是短波电疗法?颈椎病患者怎样进行短波电疗法?62. 怎样决定短波电疗法的治疗剂量?63. 什么是超短波电疗法?怎样应用超短波电疗法治疗颈椎病?64. 什么是微波疗法?微波对人体有害吗?65. 怎样应用微波疗法治疗颈椎病引起的疼痛?66. 什么是隔沙辐射疗法?怎样应用隔沙辐射疗法治疗颈椎病?67. 微波疗法治疗颈椎病时应注意哪些问题?68. 什么是红外线疗法?69. 怎样应用红外线疗法治疗颈椎病?70. 什么是超声波疗法?应用超声波治疗颈椎病应注意哪些问题?71. 怎样应用超声波疗法治疗颈椎病引起的疼痛?72. 什么是石蜡疗法?颈椎病患者怎样进行石蜡疗法?73. 什么是酒醋疗法?颈椎病患者怎样进行酒醋疗法?74. 什么是水疗?颈椎病患者在家中怎样进行水疗?75. 什么是药物浴?颈椎病患者怎样进行药物浴?76. 什么是中草药浴?颈椎病患者怎样进行中草药浴?77. 颈椎病患者怎样在家中做牵引治疗?78. 颈椎病患者选择牵引疗法的适应证和禁忌证有哪些?79. 颈椎病患者在家中进行牵引治疗应注意什么?80. 什么是体育疗法?体育疗法的基本原理是什么?81. 体育疗法有哪些特点?82. 治疗颈椎病可选用哪些体育疗法?83. 颈椎病患者怎样进行头颈部运动?84. 颈椎病患者头颈部运动时应注意什么?85. 中老年颈椎病患者体疗时应注意什么?86. 怎样控制体疗的运动量?87. 有心脑血管疾病的颈椎病患者体疗时应注意什么?88. 颈椎病患者怎样进行颈部功能锻炼?89. 怎样的睡眠姿势有利于预防颈椎病?四、传统中医药疗法90. 中医对颈椎病有哪些认识?91. 颈椎病的中医分型有哪些?92. 颈椎病有哪些主要证候?93. 颈椎病的中医诊断方法有哪些?94. 颈椎病与其他病证怎样进行中医鉴别诊断?95. 怎样进行颈椎病的中医辨证施治?96. 治疗颈椎病有哪些中成药?97. 推拿疗法有何治疗功效?怎样进行颈椎病的推拿疗法?98. 颈椎病的膏药疗法有哪些?99. 颈椎病患者怎样进行中药外治疗法?100. 颈椎病患者怎样进行药枕疗法?101. 怎样应用针灸疗法治疗颈椎病?102. 怎样应用民间梳头疗法治疗颈椎病?103. 颈椎病患者怎样进行药膳疗法?104. 颈椎病患者怎样进行药酒疗法?105. 人体姿势与颈椎病有什么关系?106. 怎样应用古代功法防治颈椎病?107. 华佗五禽戏对颈椎病防治有哪些作用?五、西医治疗108. 颈椎病患者应该使用抗生素治疗吗?109. 怎样判断颈椎病的疼痛程度?110. 怎样应用镇痛药物缓解颈椎病引起的疼痛?111. 治疗颈椎病常用药物有哪些?112. 颈椎病患者可选择哪些神经营

<<颈椎病自我防治>>

养药物?113. 颈椎病患者在家中怎样应用支具疗法?114. 颈椎病患者使用支具疗法时应注意哪些问题?115. 颈椎病患者在家中怎样选择非手术治疗方式?116. 颈椎病患者手术治疗后效果不理想的主要原因有哪些?117. 颈椎病患者手术出院后在家中康复应注意哪些问题?118. 颈椎病患者手术治疗后怎样复查和随诊?119. 颈椎病患者手术后复发的原因有哪些?120. 颈椎病患者怎样进行颈部封闭治疗?121. 颈椎病患者封闭治疗后应注意什么?122. 怎样防止颈椎病患者症状加重?

<<颈椎病自我防治>>

章节摘录

插图：5.为什么颈椎容易出现骨质增生现象？

中老年人颈椎部位常常有骨质增生现象存在，这一点通过拍摄颈椎X线片可以观察到。

为什么中老年人的颈椎容易发生骨质增生现象呢？

（1）与颈椎的活动幅度较大有关：人的脊柱包括颈椎、胸椎、腰椎、骶椎和尾椎几部分，其中颈椎的活动幅度和活动量是脊柱各部分椎骨中最大的。

我们都有这样的体会，一个人可以限制腰部及身体其他部位的活动，但很难限制其颈部的转动、低头、抬头等动作，说明颈椎各椎体之间的运动相对更大、更频繁，这就使得颈椎比身体的其他部位更早、更容易出现退行性改变，也就是我们通常所说的“衰老”现象。

而骨质增生正是颈椎退行性改变最常见、最显著的现象。

（2）与颈椎的受力有关：颈椎除了有骨组织（如椎体、椎板、棘突等）、神经组织（如脊神经、神经根）以外，还有大量的肌肉、韧带组织附着在颈椎周围，使颈椎的活动更灵活，也使颈椎更稳定。随着人的年龄的增加，颈椎长时间、频繁的活动，必然使附着在颈椎上的肌肉、韧带对颈椎骨质的局部进行牵拉，颈椎活动幅度越大，这种牵拉的力量也越大。

人体为了抵消这种牵拉的力量，降低颈椎骨局部的应力，必然以骨质增生的形式增加颈椎骨质局部的表面积。

表面积增加，必然降低颈椎局部的牵拉力，使颈椎受力达到新的平衡。

所以说，颈椎的骨质增生是人体的一种保护性的代偿现象。

<<颈椎病自我防治>>

编辑推荐

《颈椎病自我防治》：常见病自我防治丛书。

<<颈椎病自我防治>>

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>