

<<颈椎病简便自疗>>

图书基本信息

书名：<<颈椎病简便自疗>>

13位ISBN编号：9787509140345

10位ISBN编号：750914034X

出版时间：2011-1

出版时间：李春源、谢英彪 人民军医出版社 (2011-01出版)

作者：李春源，谢英彪 编

页数：301

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>

## <<颈椎病简便自疗>>

### 前言

如今，“大病去医院、小病去药店”的理念已逐渐得到人们的认同。

现在，许多国家的政府都提出，人们要对自己的健康问题承担责任，发挥积极的作用，提倡将自我治疗和自我调养作为自我保健首要的和最主要的途径之一，这也是减少政府庞大医疗开支的一个重要手段。

自我治疗已成为各个国家医疗保健体系的一个至关重要的部分。

俗话说，久病成良医。

患者在不断进出医院和与疾病抗争的过程中，通过学习掌握了一定的医学知识，对许多常见病和慢性病有了自己的认识，这也就形成了自我治疗的基础。

《常见病家庭简便自疗丛书》就是想给你提供一个关心自己、关爱家人的平台，在这里你可以了解一些常见病和慢性病的基本知识、临床症状、辅助检查方法、诊断和鉴别诊断、中函医临床治疗的思路及预防等内容；在这里你可以找到各种各样的饮食、运动、起居调护的方法，按自身疾病的具体情况选择非处方药物治疗和许多简便实用的非药物疗法，并在日常生活中予以实践。

此外，具有丰富临床经验和保健知识的作者们也对疾病防治中出现的一些误区提出了忠告。

当然，我们也会提醒你在什么情况下需要医院就诊，发生什么情况时应当得到专业医护人员的帮助。

《常见病家庭简便自疗》丛书就是在这样的指导思想下组织有关专业人员编撰的。

## <<颈椎病简便自疗>>

### 内容概要

《颈椎病简便自疗（第2版）》以问答形式简要介绍了颈椎病的基础知识、类型、临床症状、辅助检查方法、诊断和鉴别诊断、中西医治疗及预防等知识，重点介绍了适合读者自我调养和自我治疗颈椎病的简便方法，并对颈椎病防治中的误区提出了作者的观点。

《颈椎病简便自疗（第2版）》是一部全面反映颈椎病自我治疗和调养新成果的科普读物，内容融会中西而详尽，文字简洁而明了。

具有科学性、实用性和可读性强的特点。

不仅用于指导颈椎病患者的自我治疗，也可作为基层医护人员的参考读物。

俗话说，久病成良医。

患者在不断进出医院和与疾病抗争的过程中，通过学习掌握了一定的医学知识。

这套《简便自疗》丛书就是想给你提供一个关心自己、关爱家人的平台，在这里您可以了解一些常见病和慢性病的基本知识、临床症状、辅助检查方法、诊断和鉴别诊断、中西医临床治疗的思路及预防等；也可以找到饮食、运动、起居调护等方法，并根据自身疾病的具体情况选择非处方药物治疗和许多简便实用的非药物疗法。

《简便自疗》丛书自出版发行以来，受到了广大读者的欢迎。

此次对部分书目修订再版.编者对原书内容作了一些必要的增删，主要是删减基础知识方面的内容，增加简便自疗的实用知识，以满足广大普通读者的需要。

祝愿每位读者珍爱生命，以健康的身体来实现自己的人生目标！

也愿这套丛书能成为广大患者及其家属的良师益友。

## <<颈椎病简便自疗>>

### 作者简介

李春源，澳大利亚墨尔本大学规划博士，广州中医药大学博士研究生，香港注册中医师。

现为香港灵枢轩主任中医师，并兼任香港药膳食疗学会秘书长，对自然疗法有深入研究，擅长运用传统针灸结合时间医学、“靳三针”、腹针、推拿、食疗等方法诊治颈椎病、腰腿痛、弱智、自闭、多动症、脑瘫、中风后遗症等奇难杂病。

主编《颈椎病自然疗法》等著作多部。

谢英彪，现为南京中医药大学三附院名医馆教授、主任中医师、南京市继承名老中医学学术思想导师，从医45年。

现任国际药膳食疗学会副会长兼江苏分会会长、中华中医药学会科普分会常务理事、江苏省科普作家协会常务理事、南京科普作协副理事长，获“全国首届百名中医药科普专家”、“全国突出贡献科普作家”等称号。

## &lt;&lt;颈椎病简便自疗&gt;&gt;

## 书籍目录

患者须知何谓颈椎病 / 3 颈椎病的发病因素有哪些 / 6 颈椎病如何分类 / 9 颈椎病如何分型 / 13 何谓颈椎间盘的退行性改变 / 15 何谓颈型颈椎病 / 16 何谓椎动脉型颈椎病 / 17 颈部活动与椎动脉型颈椎病发病有何关系 / 18 什么叫颈椎错位 / 18 椎体骨刺是如何形成的 / 19 颈椎病与骨质增生有何关系 / 21 颈椎病患者为何会有韧带钙化现象 / 22 哪些人易患颈椎病 / 23 长期伏案为何易患颈椎病(25) 哪些生活意外会造成颈椎病(26) 颈椎病与环境气候变化有何关系 / 26 椎管狭窄者会得颈椎病吗 / 27 落枕或失枕是怎么回事 / 28 颈椎病能引发慢性胃炎吗 / 31 颈椎病为何会引起头痛 / 32 经常头晕与颈椎病有关系吗 / 33 何谓颈性眩晕 / 35 颈椎病会造成瘫痪和大小便障碍吗 / 37 何谓颈一心综合征 / 38 何谓颈后交感神经综合征 / 39 何谓颈一腰综合征 / 40 如何发现自己患了颈椎病 / 42 颈椎病的预后如何 / 44 中医如何认识颈椎病 / 46 导医解读颈椎病患者为何要及早就医 / 53 颈椎病的主要症状是什么 / 53 颈椎病会引起吞咽困难吗 / 55 颈椎病会引起乳房疼痛吗 / 56 为何颈椎病有时会引起腰腿部疼痛 / 57 为何颈椎病会出现头部症状和反应 / 57 为何颈椎病会出现胸肩部症状和反应 / 58 为何颈椎病会有上肢与手部症状 / 59 颈椎病患者为何会手指发麻 / 60 为何颈椎易出现项韧带钙化 / 61 颈椎病有哪些治疗手段 / 62 如何选用药物治疗颈椎病 / 63 何谓颈椎病的脱水疗法 / 65 何谓颈椎病的非手术疗法 / 66 非手术疗法的适应证有哪些 / 68 如何采用物理疗法治疗颈椎病 / 69 为何理疗有时会加重病情(71) 何谓颈椎病的局部封闭疗法 / 71 何谓颈椎病的髓核化学溶解法 / 72 何谓穴位注射疗法 / 73 如何进行颈椎硬膜外糖皮质激素治疗 / 74 颈椎病简便治疗器材有哪些 / 77 哪些颈椎病患者需进行手术治疗 / 80 颈椎病手术后有哪些注意事项 / 83 冠心病合并颈椎病如何治疗 / 84 高血压病合并颈椎病如何治疗 / 86 脑血栓合并颈椎病如何治疗 / 88 慢性胃炎、胃溃疡合并颈椎病如何治疗 / 89 糖尿病合并颈椎病如何治疗 / 92 颈椎病如何护理 / 93 自我调养得了颈椎病后怎样进行自我调养 / 97 为何说卧床休息对颈椎急性期患者很重要 / 98 手术后的颈椎病患者如何进行康复训练 / 100 颈椎病患者睡觉时宜采用何种体位(101) 颈椎病患者如何起居调养 / 101 颈椎病患者如何选择枕头 / 102 颈椎病患者工作时如何调整姿势 / 104 颈椎病患者如何选择适宜的床铺 / 105 颈椎病重型患者如何进行自我护理 / 107 颈椎病重型患者如何做家务(109).....

## <<颈椎病简便自疗>>

### 章节摘录

插图：因为椎动脉受刺激、压迫，造成以椎一基底动脉供血不足为主要症状的症候群，可产生耳鸣、偏头痛、眩晕、猝倒等症状。

在正常情况下，颈部活动不会引起什么症状。

但在病理情况下，颈部活动如转头等可导致下列情况：使一侧椎动脉的血供减少，当头向右侧转动时，右侧的椎动脉可以发生扭曲，使管腔变窄或完全闭塞。

头颈部的过伸活动可以产生椎动脉的供血障碍。

如有的患者会因拔牙、全麻插管、扁桃体摘除和颈部手术而发病，或因交通事故而发病。

对头颈部施加暴力的旋转手法或做某些特技的转头动作，猛然过度转动头部时都可导致椎动脉的损伤，尤其患有椎动脉硬化及颈椎病时椎动脉更易受损。

颈椎畸形、颅底畸形患者，其椎动脉也可伴有畸形。

由于畸形的缘故，当患者头颈部活动时即可引起供血不足的症状。

如果患者患有颈肋畸形，当上肢做伸展运动时，颈肋可以将椎动脉推向前方：从颈肋发出的纤维带，甚至颈长肌、前斜角肌本身肥大也可以压迫椎动脉使之闭塞。

## <<颈椎病简便自疗>>

### 编辑推荐

《颈椎病简便自疗(第2版)》：欢迎阅读军医版精品图书，军医版精品常见病家庭简便自疗丛书会送给您，简便实用的治疗方法，最新最权威的治疗方案。

<<颈椎病简便自疗>>

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>