

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

图书基本信息

书名：<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

13位ISBN编号：9787801954732

10位ISBN编号：7801954734

出版时间：2006-8

出版时间：九州

作者：付国兵

页数：294

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>

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

前言

提到颈肩痛和腰腿痛，人们往往会把它们和中老年人联系在一起。正是在这一点上，大家都错了。

的确，由于年龄的增长，人体功能的老化，颈肩痛和腰腿痛容易发生在中老年人身上，但是这并不代表年轻人可以对此类疾病“免疫”。

自上世纪90年代以来，现代化办公设备的普及尤其是电脑的广泛运用，改变了许多人的工作和生活方式，同时这些变革的弊端也逐渐体现出来。

比如长时间坐在电脑前工作的人经常会感到头疼、眩晕，甚至视力下降等等，这就是所谓的“电脑病”。

正因如此，颈肩痛和腰腿痛的发病人群也与以往有了很大的不同。

不仅仅是中老年人，也不仅仅是体力劳动者，长期在办公室工作的白领，从事文字工作的编辑、作家或教育工作者等等，不分年龄的大小，几乎都不同程度地成了颈肩痛和腰腿痛的受害者。

甚至是沉溺于电脑游戏的学生，也属于这类疾病的潜在发病人群。

为什么会这样？

因为上述的这些都长期保持或者重复某种单一的动作，或者在工作时长时间保持某种不良的姿势，比如使用电脑打字、玩游戏、没有养成良好的生活习惯等等。

而这正是导致颈肩痛和腰腿痛最常见的原因。

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

内容概要

提到颈肩痛和腰腿痛，人们往往会把它们和中老年人联系在一起。正是在这一点上，大家都错了。

的确，由于年龄的增长，人体功能的老化，颈肩痛和腰腿痛容易发生在中老年人的身上，但是这并不代表年轻人可以对此类疾病“免疫”。

最常见的引发颈肩痛的病症是颈椎病和肩周炎。

颈椎病容易引起头痛、眩晕、猝倒等症状，肩周炎以及腰腿部疾病引起的疼痛则会严重影响人的日常工作和生活。

《治疗调养颈肩痛腰腿痛》重点介绍对颈肩痛和腰腿痛的防治。

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

作者简介

付国兵，男，副主任医师、硕士生导师。
毕业于北京中医药大学，现任北京推拿协会秘书长、北京中医药大学东方医院按摩理疗科主任，推拿学科带头人。
曾发表多篇学术论文，擅长治疗颈椎病、肩周炎、腰椎间盘突出、腰椎骨质增生等病。

<<治疗调养颈肩痛腰腿疼>>

书籍目录

第1部分 颈椎病一、颈椎病的一般常识1.什么是颈椎病2.为什么会得颈椎病3.您属于颈椎病高发人群吗4.什么是颈椎的生理曲度5.正常人的颈椎活动范围有多大6.骨质增生能根治吗7.颈椎病的常见症状有哪些8.颈椎病的发病因素是什么9.颈椎病的病理改变是什么10.为什么会出现颈性眩晕11.颈椎病为什么会引起手麻12.颈椎病会引起瘫痪和大小便障碍吗13.颈椎病为什么会导致下肢麻木无力14.颈椎病会影响视力吗15.颈椎病会引起乳房疼痛吗16.胃痛可能源起于颈椎病吗17.什么是颈型血压异常18.颈椎病能治愈吗19.颈椎病病人应做哪些检查20.颈椎病的分型有哪些21.什么是颈型颈椎病22.颈型颈椎病会出现什么样的症状23.什么是神经根型颈椎病24.神经根型颈椎病的临床表现主要有哪些25.神经根型颈椎病如何与肩周炎相鉴别26.什么是交感神经型颈椎病27.交感神经型颈椎病的临床表现是什么28.什么是椎动脉型颈椎病29.椎动脉型颈椎病的产生与动脉硬化有什么关系30.椎动脉型颈椎病的临床表现是什么31.美尼尔综合征与椎动脉型颈椎病有什么关系32.什么是脊髓型颈椎病33.脊髓型颈椎病有哪些主要临床表现34.早期帕金森氏病如何与脊髓型颈椎病相鉴别二、预防颈椎病35.怎样预防颈椎病36.颈椎病有哪些假象37.夏天为什么要谨防颈椎疲劳38.为何中老年人要警惕“颈心综合征”39.经常伏案工作的人应如何预防颈椎病40.用眼过度会导致颈肩痛吗41.眩晕与颈椎病有关吗42.为什么经常落枕者要检查颈椎43.为什么坐姿不当易引发颈椎病44.女性肩膀酸痛与鞋有关吗45.为何女性长发轻甩易引发颈椎病46.胸罩不合适会导致颈椎病吗47.预防颈椎病为何应从小抓起48.颈椎病与中风有何关系49.上网时间过长会使颈椎提前衰老吗50.驾车时如何预防颈椎病51.打电话时用脖子夹话筒会导致颈椎病吗三、颈椎病的治疗52.得了颈椎病应如何选择治疗方法53.治疗颈椎病的基础是什么54.颈椎病的非手术疗法主要有哪些,适应症是什么55.颈椎牵引治疗法的原理是什么56.如何在家中进行自我颈椎牵引57.每天牵引几次才合适58.过度牵引有什么危害59.什么是物理疗法60.物理疗法都有哪些61.如何利用磁疗法治疗颈椎病62.颈椎病患者如何在家中做理疗63.颈围领在颈椎病的治疗中有什么作用64.哪些颈椎病患者可以使用颈围65.推拿疗法适合所有颈椎病患者吗66.治疗颈椎病的中医按摩手法有哪些67.颈椎病的西式治疗手法有哪些68.为什么推拿治疗后有的颈椎病患者症状会加重69.交感神经型颈椎病能接受中医推拿治疗吗,有什么注意事项70.如何运用自我推拿疗法调治颈椎病71.如何利用足底按摩治疗颈椎病72.颈椎病的针灸治疗方法有哪些73.挑灸治疗颈型颈椎病的方法是什么74.如何用圆扁针配合手法治疗颈型颈椎病75.刮痧对颈椎病有保健治疗作用吗76.防治颈椎病的食疗法有哪些77.药枕防治颈椎病的原理是什么78.中药对颈椎骨质增生的治疗方法有哪些79.颈型颈椎病的中医治疗方法如何进行80.中医中药如何治疗椎动脉型颈椎病81.中医中药如何治疗颈椎病中的手麻症状82.治疗颈椎病的偏验方有哪些83.治疗颈椎病的西药有哪些84.颈椎病手术的适应症有哪些85.哪些情况下不能接受手术治疗86.颈椎病手术前有哪些准备工作87.颈椎手术的并发症有哪些88.如何帮助颈椎病人术后康复89.影响颈椎病手术疗效的因素有哪些四、康复与保健90.为什么颈椎病容易复发91.颈椎损伤后易得颈椎病吗92.中老年人患颈椎病应如何预防93.颈椎病的自我保健法有哪些94.颈椎病自我保健运动的要点是什么95.颈椎病患者饮食调理应遵循什么原则96.颈椎病的食疗方有哪些97.颈椎病仰枕保健法如何进行98.颈椎病患者如何进行保健按摩99.放风筝可以防治颈椎病吗100.颈椎病患者应选择什么样的枕头101.应该选什么材料的枕芯102.颈椎病患者应选择什么样的睡眠姿势103.颈椎病患者如何选择床铺104.怎样解决颈椎病患者的心理负担105.对家中的颈椎病患者应如何护理106.颈椎病人的护理常识有哪些第2部分 肩周炎第3部分 腰腿疼

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

章节摘录

13. 颈椎病为什么会致下肢麻木无力？

大脑是人体的“总司令部”，人体的各种感觉通过脊髓的上行纤维束传达到大脑。而人体的各种运动也同样受到大脑的支配，通过脊髓的下行纤维束来完成。脊髓内各种纤维束是联系大脑和外部组织器官的桥梁。

当颈椎由于椎间盘的退变、髓核突出、骨刺形成、韧带钙化等导致脊髓受压时，脊髓内各种传导束的功能发生障碍，引起躯干、下肢的感觉运动异常，出现感觉过敏、延迟、肌力下降、肌张力增高、行走不稳，甚至截瘫等症状。

又由于脊髓传导束的排列特点是传导和支配下肢的纤维排在脊髓的表面，而传导和支配躯干、上肢和颈部的纤维排在脊髓的中间和深层，所以当压迫仅累及脊髓表面时，下肢反而较上肢和颈部先出现感觉和运动的异常。

14. 颈椎病会影响视力吗？

可以肯定地说，颈椎病可以影响视力，其原因可能与颈椎病造成的植物神经功能紊乱和椎—基底动脉供血不足有关。

颈椎病不仅可以造成常见的视力模糊，视力下降，眼睛胀痛、抽痛，眼睛疲劳，睁眼无力，怕光流泪，眼前冒金星等症状，而且可以导致视野缩小、视力锐减，甚至失明。

颈椎病造成视力障碍的特点为：（1）眼部症状与头颈部姿势改变有明显的关系，不少人感到在采取某一特殊姿势时，眼部症状和颈椎病的症状同时减轻，而另一姿势则会同时加重。

（2）眼部症状和颈椎病症状同时发生或相继出现，与颈椎病的病情变化关系密切。

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

编辑推荐

《治疗调养颈肩痛腰腿痛》由九州出版社出版。

自上世纪90年代以来，现代化办公设备的普及尤其是电脑的广泛运用，改变了许多人的工作和生活方式，同时这些变革的弊端也逐渐体现出来。

比如长时间坐在电脑前工作的人经常会感到头痛、眩晕，甚至视力下降等等，这就是所谓的“电脑病”。

因此，颈肩痛和腰腿痛的发病人群也与以往有了很大的不同。

不仅仅是中老年人，也不仅仅是体力劳动者，长期在办公室工作的白领，从事文字工作的编辑、作家或教育工作者等等，不分年龄大小，几乎都不同程度地成了颈肩痛和腰腿痛的受害者，甚至是沉溺于电脑游戏的学生，也属于这类疾病的潜在发病人群。

为什么会出现这样的状况？

因为上述的这些人都长期保持或重复某种单一的动作，或者在工作时长时间保持某种不良的姿势，比如使用电脑打字、玩游戏，没有养成良好的生活习惯等等。

而这正是导致颈肩痛和腰腿痛最常见的原因。

因此，预防颈肩痛和腰腿痛，要从青少年时代就开始注意。

严格说，颈肩痛和腰腿痛只是一种症状。

除了长期保持不良姿势以外，多种疾病都可以引发颈肩痛和腰腿痛，有些较严重的病症如颈椎骨折、脱位、破伤风、蛛网膜下腔出血等危急重症都以颈肩痛为首发或主要症状；而腰椎间盘突出、腰椎管狭窄，腰部劳损和扭伤以及膝关节骨质增生等可引起严重的腰腿痛。

最常见的引发颈肩痛的病症是颈椎病和肩周炎。

颈椎病容易引起头痛、眩晕、猝倒等症状，肩周炎以及腰腿部疾病引起的疼痛则会严重影响人的日常工作和生活。

<<治疗调养颈肩痛腰腿痛>>

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>