

<<脊椎革命>>

图书基本信息

书名：<<脊椎革命>>

13位ISBN编号：9787806778920

10位ISBN编号：7806778926

出版时间：2005-1

出版时间：广东经济出版社

作者：黄国志

页数：268

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>

<<脊椎革命>>

前言

很久以前，在“城市亚健康”还没有成为一个流行词汇的时候，我就想写一本关于脊椎的书。

从人类直立行走开始，经过几百万年的进化和演变，当今天的我们伸展着灵活的四肢体会现代文明的发达和舒适之时，有多少人想过脊椎的概念？

它承受了人身体行动的所有压力，尤其以腰椎为最，而且随着现代社会的高速发展，人类的生产方式、生活方式以及生态环境都发生了根本性的变化，人的脊椎也变得越来越脆弱，甚至经不起一个轻微的闪挫；所有的人都对着自己喊“站直了，别趴下”，可那条支撑你整个身体的顶梁柱是否可以因为你的志气和骨气就能够坚强不屈？

<<脊椎革命>>

内容概要

本书的内容是这说明侧扳牵抖法是治疗腰椎间盘突出症的一种行之有效的治疗方法，腰部斜扳时腰椎及其椎间盘产生旋转力，从而调节后关节紊乱，相对扩大神经根管 and 椎间孔，改变神经根与突出物的位置，反复多次进行，可逐渐松解突出物与神经根的粘连，牵抖可使椎间隙增宽，从而降低椎间盘内压力，甚至出现负压，使突出物回纳，同时也可扩大椎间孔和神经根管，减轻突出物对神经根的压力，从而取得较为满意的临床疗效。

由它涉及的疾病上百种，与内科、外科、神经科、妇科、小儿科、眼科、皮肤科、耳鼻喉科、内分泌等学科都有着密不可分的关系。

<<脊椎革命>>

作者简介

黄国志，南方医科大学附属珠江医院康复医学科主任，教授，主任医师。

擅长脊椎疼痛性疾病的康复，特别是对颈椎病、腰椎间盘突出、腰小关节紊乱及骨关节退行性改变等疾病有深入和系统的研究，积累了丰富的临床经验。承担了中芬国际合作科研课题和国家十五攻关课

<<脊椎革命>>

书籍目录

第1章 都是脊椎惹的祸 一、当场站起来的轮椅男人 二、脖子有病的漂亮女教师 三、一人有病，全家痛苦 四、最勤奋好学的病人 五、晕倒在洛杉矶街头的中国病人 六、影响孩子一生的误解 七、固执的修车厂老板 八、惘然苦熬的失眠痛苦 九、长发女孩的艺术生命 十、7号球星的烦恼 十一、酒场英雄的中年痛苦 十二、女人的内分泌人生 十三、男人的“性”福生活 十四、脱胎换骨的胖女人 十五、精神异常的可怜女人 第2章 看清我们的生命支柱 一、它到底有多重要 二、看起来像一只柔软的爬虫 三、它就是你生命的姿势 第3章 你的脊椎有问题 一、脊椎疾病在所难免 二、你的脊椎有问题吗？ 三、让我告诉你怎么办 四、自我检查最方便 五、医生也不过如此 六、仪器检查最真实 七、你可以下诊断了 八、易被误诊的症状 第4章 你并不需要手术 第5章 吃出健康的脊椎 第6章 日常生活中的脊椎忠告 第7章 白领人士脊椎忠告 第8章 脊椎健康每日操 附：脊椎疾病关键词

<<脊椎革命>>

章节摘录

我曾经诊治过的一个孩子，给我留下了不可磨灭的印象。

如果说刻苦研究脊椎疾病是职业对我的要求，那么经过那次诊治之后，研究和普及脊椎知识则成为我责无旁贷的使命，完全超出了职业或者个人爱好的界限。

那孩子小名叫淘淘，从小聪明伶俐，乖张多动，被当律师的爸爸和当记者的妈妈视为掌上明珠。一次玩滑梯时他不慎从边沿上摔下来，头上缝了五针，并注射了破伤风针，一睡就是两天两夜。医生诊断为“轻微脑震荡”，并告诉他不要紧。

出院后，看来一切正常，只是淘淘再也不愿意上学读书了，上课坐不住，东张西望，不是找同学说话就是搞小动作。

家长被老师无数次“请”去沟通，双方都努力用各种办法纠正，但都无济于事。

于是家长带着淘淘去看多动症，开始吃治多动症的药，非但毫无效果，反而出现看东西重影、头痛、眩晕的症状。

于是又带着孩子去神经科、精神科、儿科就诊，脑部CT、核磁共振、脑电图、脑血流图片子拍了一堆，时间就这样一点点过去了，症状在继续，诊断结果却毫无异常。

<<脊椎革命>>

编辑推荐

《脊椎革命(修订版)》是由黄国志编写的。

研究这条骨头几十年了，深知由它涉及的疾病上百种，它与内科、外科、神经科、妇科、小儿科、眼科、皮肤科、耳鼻喉科、内分泌科都有着密不可分的关系，可一直以来，人们对脊椎的认识和重视程度还不及一个幼儿园小朋友对电脑的了解程度。

随着现代社会的高速发展，随着人类的生产方式、生活方式以及生态环境的变化，人的脊椎却变得越来越脆弱，甚至经不起一个轻微的闪挫。

当所有人都对着自己喊“站直了，别趴下”时，但那条支撑你整个身体的顶梁柱是否可以因为你的志气和骨气就能够坚强不屈？

是时候给我们对脊椎的认识作一个革命性的关注了。

让它坚韧不拔地支撑起我们的幸福生活！

脊椎病不仅会导致头痛眩晕、腰腿疼、肩周炎等病症，视力障碍、耳聋耳鸣、失眠、腹泻、胃肠溃疡、肥胖甚至性功能障碍、精神异常，都可能是脊椎惹的祸……

<<脊椎革命>>

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>