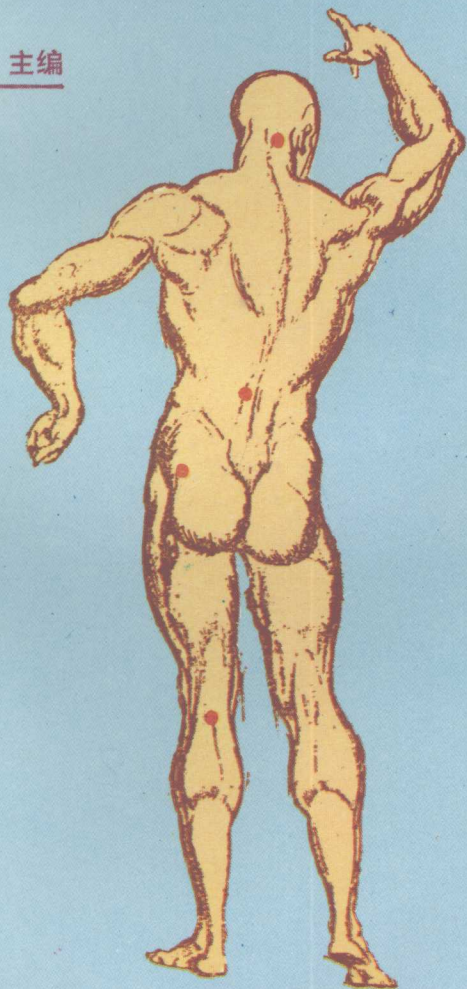


借

颈肩腰腿痛的防治

郭德荣 郭浩 主编



中国华侨出版社

颈肩腰腿痛的防治

郭德荣 郭浩 主编

中国华侨出版社

(京)新登字 190 号

图书在版编目 (CTP) 数据

颈肩腰腿痛的防治/郭德荣,郭浩主编. —北京:

中国华侨出版社,1995.9.

ISBN 7—80120—020—9

I. 颈… II. ①郭…②郭… III. ①颈肩痛—防治②腰腿病—防治
IV. R681.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字(95)第 10900 号

主 编/郭德荣 郭浩

责任编辑/刘箴言

封面设计/程全盛

经 销/新华书店总店

印 刷/北京怀柔南华印刷厂印刷

开 本/787×1092 毫米 1/32 印张/10.75 字数/231 千字

版 次/1995 年 11 月第 1 版 1995 年第 1 次印刷

印 数:1-7000 册

中国华侨出版社 地址:北京市朝阳区西坝河东里

邮政编码:100028 77 号楼底商 5 号

ISBN 7—80120—020—9/R·1

定价:10.00 元

主 编 简 介

郭德荣:河南省漯河中医骨伤科研究所所长,主任医师,河南中医学院兼职教授,中国创伤委员会委员,中国骨伤人才学会理事,中国骨伤人才学会骨病研究会常务理事,世界骨伤专家委员会理事,河南省骨伤专业委员会委员。已出版著作四部,获省市科技成果奖四项。电话:(0395)2124134

郭浩:北京骨伤医院主治医师,讲师,中国骨伤人才学会理事长助理,中国骨伤人才学会骨病研究会秘书长,任《中国痹病大全》,《国际中医骨伤医师交流手册》等四部书编委,曾获省市科技成果奖六项。

主 编
副主编
编 委
主 审

郭德荣
张惠香
郭立宏
高学廉
宋一同

郭 浩
郭宏玉
高德平

吴铁男
高 云

郭 毅
程春华

目 录

第一章 颈腰椎的解剖	(1)
第一节 颈、腰椎的骨结构.....	(3)
第二节 颈、腰椎骨的连结.....	(6)
第三节 颈部肌肉.....	(9)
第四节 腰背部肌肉、筋膜.....	(11)
第五节 颈、腰椎的血液供应.....	(14)
第六节 颈、腰椎的生理弧度及生理功能.....	(15)
第二章 脊髓及其神经的解剖	(17)
第一节 脊髓的解剖.....	(20)
第二节 脊神经的解剖.....	(25)
第三章 脊柱的临床生物力学	(29)
第一节 脊柱的临床生物力学.....	(29)
第二节 椎间盘的生物力学特点.....	(30)
第三节 周围软组织的生物力学.....	(32)
第四节 脊髓的生物力学.....	(32)
第四章 颈、肩、腰、腿部理学检查	(35)
第一节 病史及全身检查.....	(35)
第二节 颈肩腰腿部检查.....	(37)

第三节	颈部检查·····	(38)
第四节	肩部检查·····	(45)
第五节	腰背部检查·····	(50)
第六节	骨盆部检查·····	(69)
第七节	髋部检查·····	(78)
第八节	膝部检查·····	(92)
第九节	神经系统检查·····	(107)
第五章	诊断要点及辨证分型·····	(118)
第一节	诊断要点·····	(118)
第二节	中医的辨证分类、分型及治疗·····	(121)
第六章	常用的治疗方法·····	(125)
第一节	推拿按摩疗法·····	(125)
第二节	针灸疗法·····	(132)
第三节	药物疗法·····	(142)
第四节	小针刀疗法·····	(147)
第五节	刮痧疗法·····	(148)
第六节	牵引疗法·····	(149)
第七节	练功疗法·····	(151)
第八节	雾化疗法·····	(157)
第九节	封闭疗法·····	(158)
第十节	物理疗法·····	(159)
第七章	颈部疼痛的治疗·····	(161)
第一节	落枕·····	(161)
第二节	挥鞭式损伤·····	(163)
第三节	颈椎病·····	(164)
第四节	颈椎间盘突出症·····	(171)

第五节	颈椎骨折与脱位·····	(177)
第六节	棘上韧带损伤·····	(179)
第七节	棘间韧带损伤·····	(180)
第八节	项背肌筋膜炎·····	(183)
第九节	颈部后纵韧带钙化·····	(185)
第十节	颈椎小关节错缝·····	(186)
第十一节	前斜角肌综合症·····	(189)
第八章	肩部疼痛的治疗·····	(192)
第一节	弹响肩·····	(192)
第二节	岗上肌肌腱炎·····	(192)
第三节	岗上肌肌腱断裂·····	(194)
第四节	钙化性岗上肌肌腱炎·····	(197)
第五节	岗下肌综合症·····	(199)
第六节	肩胛骨弹响症·····	(200)
第七节	肩峰下滑囊炎·····	(201)
第八节	肱二头长头肌肌腱炎和腱鞘炎·····	(203)
第九节	肩关节周围炎·····	(204)
第十节	肩锁关节脱位·····	(207)
第十一节	肩袖断裂·····	(208)
第十二节	肩部韧带损伤·····	(211)
第十三节	肩关节脱位·····	(213)
第十四节	锁骨骨折·····	(216)
第九章	腰部疼痛的治疗·····	(219)
第一节	腰椎间盘突出症·····	(219)
第二节	急性腰椎后关节滑膜嵌顿·····	(228)
第三节	急性腰扭伤·····	(231)

第四节	慢性腰肌劳损	(238)
第五节	腰椎骨质疏松症	(241)
第六节	腰椎管狭窄症	(245)
第七节	腰椎管侧隐窝狭窄症	(247)
第八节	腰椎退行性病	(249)
第九节	退行性腰椎滑脱	(253)
第十节	退行性腰椎失稳	(256)
第十一节	腰椎骨折和脱位	(259)
第十二节	强直性脊柱炎	(264)
第十三节	第三腰椎横突综合症	(271)
第十四节	腰肌筋膜综合症	(273)
第十五节	腰椎峡部裂及前滑脱	(279)
第十六节	骶髂关节韧带损伤	(281)
第十七节	腰肌横突间滑囊炎	(283)
第十八节	骶髂关节扭伤	(284)
第十九节	骶棘肌损伤	(286)
第十章	髋腿部疼痛的治疗	(288)
第一节	梨状肌综合症	(288)
第二节	弹响髋	(291)
第三节	髋部急性损伤	(292)
第四节	臀上皮神经损伤	(294)
第五节	闭孔神经卡压综合症	(296)
第六节	股外侧皮神经卡压综合症	(298)
第七节	股二头肌损伤	(299)
第八节	股四头肌损伤	(302)
第九节	股内收肌损伤	(303)

(885)	第十节	坐骨结节滑囊炎·····	(305)
(185)	第十一节	髂胫束挛缩症·····	(306)
(848)	第十二节	膝关节半月板损伤·····	(308)
(748)	第十三节	膝关节创伤性滑膜炎·····	(310)
(848)	第十四节	膝关节交叉韧带损伤·····	(311)
(858)	第十五节	髌骨软骨软化症·····	(313)
(858)	第十六节	髌下脂肪垫损伤·····	(314)
(858)	第十七节	骨质疏松症·····	(316)
(408)	第十八节	膝关节内侧副韧带损伤·····	(318)
(17)	第十九节	膝关节外侧副韧带损伤·····	(319)
(878)	第二十节	腓总神经压迫综合症·····	(321)
(078)	第二十一节	胫骨结节骨骺炎·····	(322)
	第十一章	颈肩腰腿痛的预防保健·····	(325)
(868)	第一节	疏筋保健功·····	(325)
(884)	第二节	疏筋保健功功法·····	(326)
(888)	第三节	练习疏筋保健功之注意事项·····	(334)
(888)		·····	
(888)		·····	
(108)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	
(898)		·····	

第一章 颈腰椎的解剖

脊柱是由 33 个脊椎骨连接而成,包括 7 节颈椎、12 节胸椎、5 节腰椎、5 节相互融合的骶椎和 4 节尾椎,后者在成人也合成一节。故实际上成人脊柱只有 26 节脊椎组成(图 1—1),是人体的中轴支柱。

一个典型的脊柱,在前方是构造比较简单的椎体,后方是构造比较复杂的神经弓(图 1—2A—F),椎体外形犹似一个短圆柱,中间比较狭窄的部分称为椎体的腰部,椎体外面有一层很薄的致密骨,内部是大量的松质骨。椎体前方有几个小孔,是营养血管进入的门户,椎体后方中央有一个不规则的孔,是椎基动脉营养动脉的入口。椎弓由一对椎弓根、一对椎板、两对关节突和棘突组成。椎弓外表是一层稍厚的致密骨质,内由少量的松质骨组成。

现将颈、腰椎的解剖特点进行如下描述。

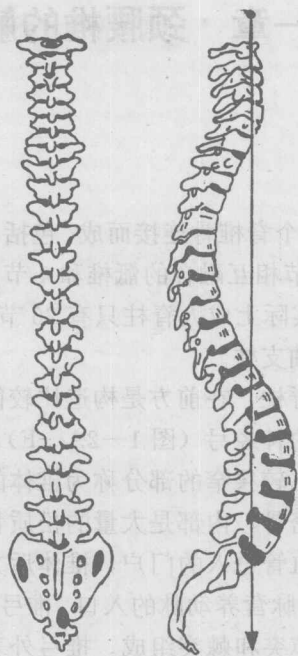


图 1-1

安東

第一节 颈、腰椎的骨结构

一、椎体

颈椎共有 7 个，腰椎 5 个，除颈 1、2 椎体形状特殊外，其余颈、腰椎形状大致相似。从 2 颈椎以下到第 5 腰椎为止，椎体逐渐增大，自颈 3—6 椎体之间有特异的关节，称为 Luschka 关节。寰椎没有椎体。枢椎体上的齿状突与寰椎前弓的后面构成关节（图 1—3）。颈腰椎椎体的横断面呈长圆形、横径大于前后径，腰椎椎体前缘比后缘长，易造成椎体压缩骨折。



图 1-2A 椎体与椎弓

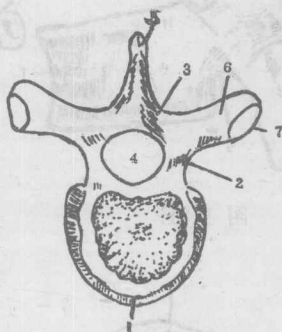


图 1—2B 第 8 胸椎上面

1. 椎体 2. 椎弓根 3. 椎板 4. 椎孔 5. 棘突
6. 横穿 7. 横突肋凹

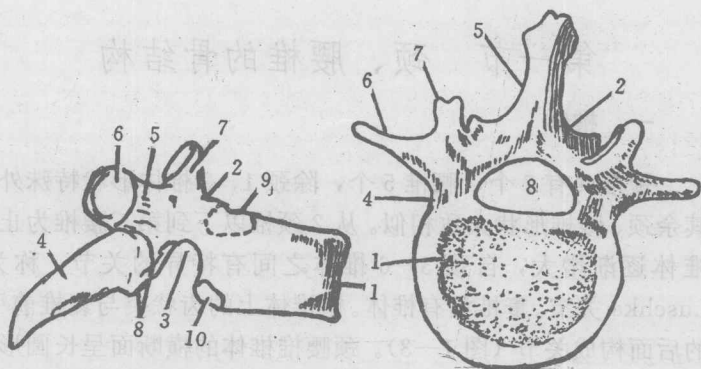


图 1-2C

图 1-2D

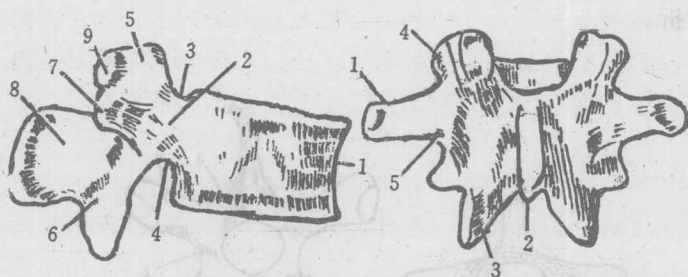


图 1-2E

图 1-2F

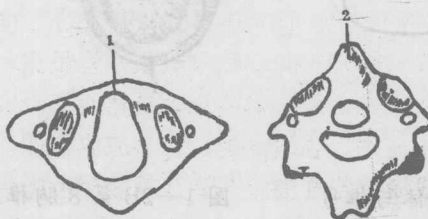


图 1-3 环椎与枢椎

二、椎弓根与椎间孔

椎弓与椎体的相联部分称椎弓根，而椎间孔是在两个椎骨之间，左右各一，脊神经由此孔穿出。此孔的上下为椎弓根，前面为椎体、椎间盘和后纵韧带，椎孔的后界为关节突及其关节囊，若此神经根因关节突、椎板、椎弓根骨折或脱位而受挤压迫，即出现神经根的压迫症状。

三、椎板

寰椎仅有后弓并无椎板，椎板构成椎管的后壁。从颈2到腰5的椎板都呈覆瓦式排列，上位椎板下缘向后翘起，有覆盖下位椎体的趋势。黄韧带附着于下位椎体的上缘及上位椎板下部的内面，因而上位椎板的下缘没有黄韧带附着。

四、椎管

每个椎骨的后部有一椎孔，其前壁为椎体后部，两侧壁为左、右椎弓根，后壁为椎板。各椎骨之椎孔上、下相连形成椎管，脊髓即居其中。颈椎椎管较宽敞，其横切面呈三角形，成人颈部椎管横径约为2.5cm，矢径约1.5cm。腰部椎管的横径及矢径大致与前者相同或较大。颈椎管虽宽，但其内界为较粗的颈髓和颈髓大部分，腰椎管最宽而其内容纳却为较细的脊髓圆锥和马尾，故颈椎损伤容易造成截瘫，而腰部损伤则较少引起截瘫。若腰椎病变合并截瘫应考虑由新生物所致。

五、横突

由椎弓根和椎弓板结合处伸向外侧，是肌肉和韧带的附着处。各椎椎骨左、右均有一个横突。各颈椎横突的前部有肋横突板与其相融合，其各横突上均有一孔，椎动脉即自下而上由此通过。腰椎横突因有肋突与之相融合，故长度增加，腰3横突最长，腰2、腰5次之，腰1、腰4较短。由于以上解剖特点，腰3横突所受腰肌牵拉最大，常致附着的肌肉等组织发生劳损。为常见慢性腰痛原因之一。腰5横突短而宽，有时和骶椎侧块融合或形成假关节。

六、棘突

由椎弓后方中央伸向后或后下方之骨突起。除第一颈椎及骶尾椎的棘突不明显外，余各椎均有一棘突，棘突后有棘上韧带及棘间韧带相连接。第2颈椎棘突特别宽大，其它颈椎棘突尖端分叉，颈7不分叉，却特别长。腰椎棘突的排列向后，近似于水平。由于以上棘突标志特点，进行解剖定位，对颈、肩、腰、腿痛病变的诊治，具有很大的价值。

第二节 颈、腰椎骨的连结

一、椎体间的连结（椎体关节）

由于相邻椎体之间借椎间盘和前纵、后纵韧带的连结。除骶尾椎外，每二个相邻脊椎之间都有少量活动。除第1、2颈椎外，这些活动都是通过椎间盘和关节突间的关节来实现（图1—4）。

(一)椎间盘

即椎间纤维软骨，位于两个上下椎体之间，成人除第1、2颈椎及骶椎之间无椎间盘外，其他各椎体之间均有。椎间盘由髓核、纤维环和软骨板构成。

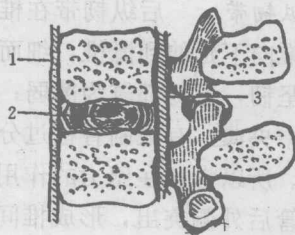


图 1—4 椎间盘与前、后纵韧带的关系

1. 前纵韧带 2. 椎间盘 3. 后纵韧带

成。由于部位不同，各椎间盘的厚度也不同；腰部最厚。椎间盘起着弹性垫的作用，可以缓冲外力对脊椎的震动，另外它允许脊柱作少量的屈伸和侧屈运动，以增加脊柱的运动幅度。当脊柱向前弯曲时，椎间盘的前部分被挤压变薄，后部分增厚，伸直时又恢复原状。颈椎间盘前部较后部为高，从而使颈脊柱具有前凸曲度。腰椎间盘较厚，活动度较大，纤维环的后部最薄，故髓核容易从后外侧脱出，突入椎管或椎间孔，产生压迫脊神经的症状。

(二)前纵韧带 前纵韧带是人体最长的韧带，厚而宽，较坚韧带，在椎体前面，与椎间盘及椎体前缘牢固相联结。其上端起于枕底部及第1颈椎前结节，向下延伸到骶椎的上部。前纵韧带的宽度和厚度因部位而有所不同，在颈部以及相当于椎间盘的部位，韧带较宽而略薄。其弹性和张力很大，当脊柱前屈受到压挤时能保持其形态不变。有防止脊柱过度后