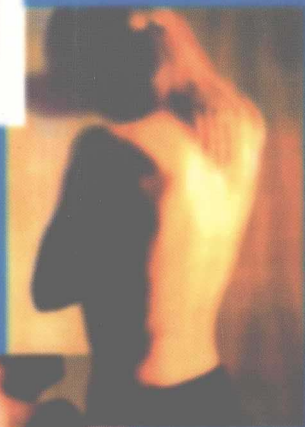
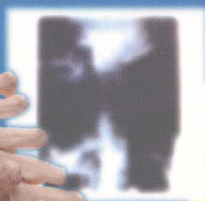


ZUIXIN JINGYAOTONG
CHANGSHI JI ZHILIAO FANGFA WENDA

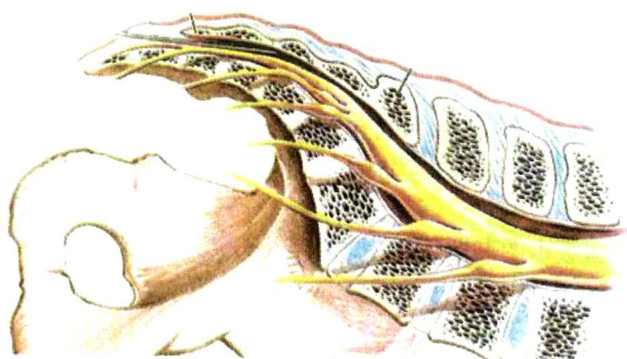


刘益善 主编

最新颈腰痛

常识及治疗方法问答

军事医学科学出版社
金盾出版社



最新

颈腰痛常识及 治疗方法问答

Jingyaotong Changshi Ji
Zhiliao Fangfa Wenda

主 编：刘益善

副主编：柳 霞

军事医学科学出版社
金 盾 出 版 社

图书在版编目 (CIP) 数据

最新颈腰痛常识及治疗方法问答/刘益善主编.—北京:
军事医学科学出版社, 2008.10

ISBN 978-7-80245-159-9

I.最… II.刘… III.①颈肩痛—治疗—问答②腰腿痛—
治疗—问答IV.R681.505-44

中国版本图书馆CIP数据核字 (2008) 第153468号

出版	军事医学科学出版社
发行	金盾出版社
地址	北京市海淀区太平路27号
邮编	100850
发行部	(010)66931051 66931049 81858195
编辑部	(010)66931127 66931039 66931038 86702759 86703183
传真	(010)63801284
网址	http://www.mmsp.cn
印装	北京冶金大业印刷有限公司
发行	新华书店
开本	850mm×1168mm 1/32
印张	4.125
字数	71 千字
版次	2008年10月第1版
印次	2008年10月第1次
定价	18.00元

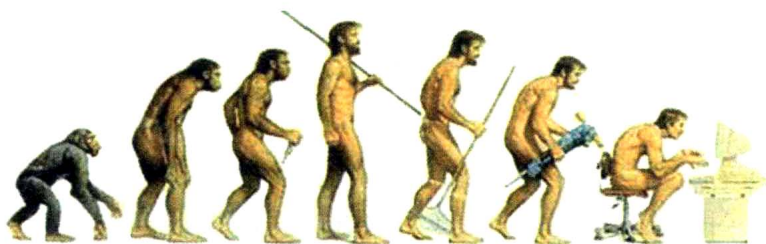
本社图书凡缺、损、倒、脱页者,本社发行部负责调换

内容简介

颈腰痛疾病广泛地影响了人们的工作效率与生活质量，我们非常有必要对常见颈腰痛的基本知识、最先进的颈腰痛综合治疗方案以及康复与保健等方面进行全面的了解。本书作者根据自己二十多年的临床经验和研究，面向非专业群体及广大患者，就颈腰痛的形成、治疗及康复保健等问题予以通俗性的讲解，希望给予大家一些实用、有益的帮助。

前言

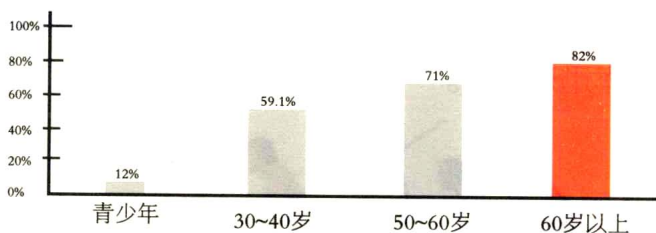
颈腰痛疾病是一种常见病、高发病，十年前在欧洲每年仅治疗背痛的费用就高达160亿美元。随着第四次工业浪潮的到来，交通工具、通讯工具、传媒工具，尤其是电脑的出现，无声地改变着人们的工作和生活习惯，长时间久坐，低头伏案促使颈肩腰腿痛患者发病率迅速提高。



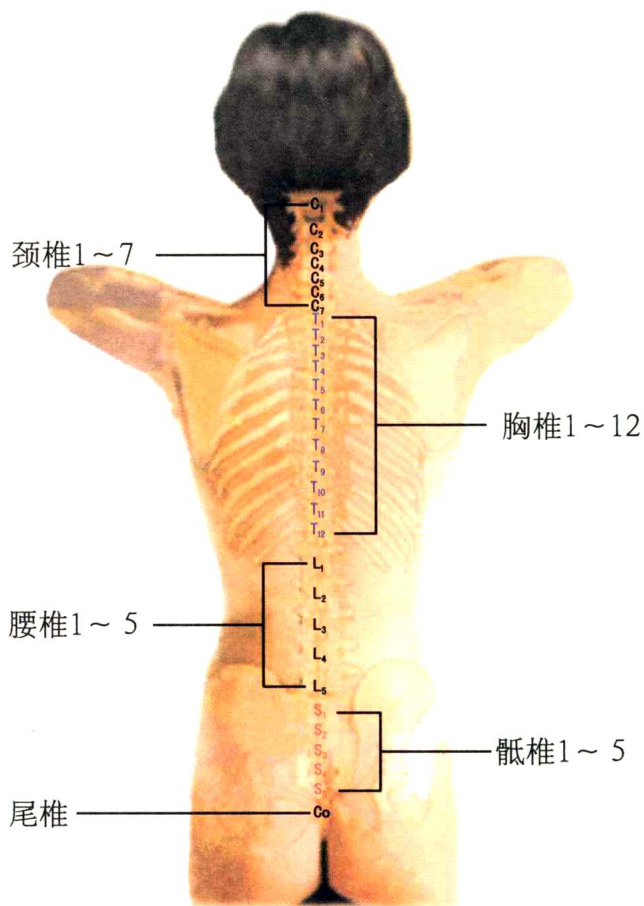
人类在进化过程中，脊椎从平行到直立，腰椎担负起全身60%以上的重量。由于脊椎长期受到直立时的重压，随着年龄的增长会导致各种脊椎疾病。世界医学专家对人体脊椎与各种身体病痛不适相对应之调查，发现80%的慢性疾病多因脊椎病变所引起；据国家卫生部统计，我国颈腰椎病患者已突破2亿。

据中国医疗保健国际交流促进会骨科疾病防治专业委员会的调查统计。

- 青少年的发病率为12%。
- 30~40岁的人群发病率为59.1%。
- 50~60岁的人群发病率为占71%。
- 60岁以上的人群发病率高达82%。



据调查小学三年级学生戴眼镜率已近50%，城市孩子比例大于50%。青年人颈椎X线调查报告：近80%的青年人颈椎曲线发生了改变，驾乘、办公室工作人员的发病率高达70%~80%，是普通疾病发病率的20倍。针对不同的生活和工作特点所表现出不同的症状，采用正确的治疗、康复和保健方法非常重要。预防性早期保健和锻炼不仅作用效果好，且费用低廉。1元的保健费，可以节省15元的治疗费，85元的抢救费。对于常见颈腰痛的概念、最先进颈腰痛综合治疗方案以及康复与保健的了解非常重要。



脊柱节段示意图

目 录

一、常见颈椎、胸椎、腰椎、骶椎疾病问答 1

(一) 常见颈椎疾病问答 2

1. 颈肩痛是颈椎病吗？ 2
2. 什么是颈椎病？ 2
3. 颈椎病还具体分类型吗？ 3
4. 最重的颈椎病是哪一型？ 3
5. 什么是脊髓型颈椎病？ 3
6. 脊髓型颈椎病可以不手术吗？ 3
7. 怀疑脊髓型颈椎病需做哪些检查？ 3
8. 最常见的颈椎病是哪一型？ 4
9. 颈肩痛、上肢麻痛、无力与颈椎病有关吗？ 4
10. 什么是神经根型颈椎病？ 4
11. 怀疑神经根型颈椎病需做哪些检查？ 4
12. 颈痛头晕跟颈椎病有关吗？ 5
13. 什么是椎动脉型颈椎病？ 5
14. 怀疑椎动脉型颈椎病需做哪些检查？ 5
15. 颈痛伴头痛与颈椎病有关吗？ 5
16. 什么是交感型颈椎病？ 5
17. 怀疑交感型颈椎病需做哪些检查？ 5
18. 什么是“落枕”？ 6



- | | |
|----------------------------|----|
| 19. 什么是混合型颈椎病？ | 6 |
| 20. 肩周炎也与颈椎病有关吗？ | 6 |
| 21. 颈椎病会引起高血压吗？ | 6 |
| 22. 什么是颈性高血压？ | 6 |
| 23. 颈性高血压有什么特点？ | 6 |
| 24. 颈椎病会引起耳鸣吗？ | 7 |
| 25. 颈椎病会引起眼部症状吗？ | 7 |
| 26. “打嗝”和颈椎病有关吗？ | 8 |
| 27. 什么是颈性呃逆？ | 8 |
| 28. 小儿突然出现颈痛、颈斜、活动受限是什么疾病？ | 8 |
| 29. 什么是寰枢椎半脱位？ | 8 |
| 30. 颈椎相关疾病一般有哪些？ | 8 |
| 31. 颈椎“骨刺”一定要手术治疗吗？ | 9 |
| 32. 如何正确使用颈围？ | 10 |
| 33. 颈椎牵引禁忌证有哪些？ | 10 |
| 34. 颈椎牵引适应证有哪些？ | 10 |

(二) 常见胸椎疾病问答

11

- | | |
|-----------------------|----|
| 1. 后背中间痛是什么病？ | 11 |
| 2. 什么是胸椎后关节紊乱症？ | 11 |
| 3. “岔气”是什么问题？ | 11 |
| 4. 什么是背部筋膜炎？ | 11 |
| 5. 什么是假性冠心病？ | 11 |
| 6. 胸前区不适，肋骨小头压痛是什么问题？ | 12 |
| 7. 哮喘与胸椎后关节紊乱症有关吗？ | 12 |
| 8. 胸椎相关疾病一般有哪些？ | 12 |
| 9. 胸椎侧弯一定要手术吗？ | 13 |

10. “胸椎腰化”需要做手术吗？	13
(三) 常见腰椎疾病问答	13
1. 下腰中间痛是什么原因？	14
2. 什么是腰椎后关节紊乱症？	14
3. “闪腰”是什么问题？	14
4. 怀疑腰椎后关节紊乱症需做哪些检查？	14
5. 什么是腰椎间盘突出？	14
6. 腰椎间盘是怎样构成的？	14
7. 腰椎间盘突出一定要做手术吗？	15
8. 腰椎间盘突出多大需要手术？	15
9. 什么是腰椎间盘脱出？	15
10. 腰椎间盘病变都有哪些病变？	15
11. 什么是腰椎间盘突出症？	16
12. 怀疑腰椎间盘突出症需做哪些检查？	16
13. 腰椎间盘突出症分期吗？	16
14. 为什么要具体分期？	16
15. 什么是腰椎间盘巨大突出？	17
16. 腰椎间盘突出症手术指征是什么？	17
17. 间歇性跛行是什么疾病？	17
18. 什么是腰椎管狭窄症？	17
19. 第三腰椎横突综合征主要表现是什么？	17
20. 什么是第三腰椎横突综合征？	17
21. 梨状肌综合征的主要表现是什么？	18
22. 什么是梨状肌综合征？	18
23. 什么是臀上皮神经损伤？	19
24. 臀中外侧疼痛，压痛点固定，常可触及变硬的肌肉条索是什	



么问题？	20
25. 什么是臀中肌损伤？	20
26. 腰痛、单侧臀部翘歪是什么问题？	20
27. 髋部弥漫性疼痛是什么原因？	20
28. 股骨头坏死是什么原因造成的？	20
29. 什么是腰4、5椎间盘突出？	20
30. 什么是腰5骶1椎间盘突出？	20
31. 什么是根性神经痛？	21
32. 什么是干性神经痛？	21
33. 什么是丛性神经痛？	21
34. 什么是腰椎峡部裂？	21
35. 腰椎峡部裂需要做手术吗？	22
36. 怀疑腰椎峡部裂需做哪些检查？	22
37. 什么是腰椎滑脱？	22
38. 什么是腰椎真性滑脱？	23
39. 什么是腰椎假性滑脱？	23
40. 腰椎滑脱分几度？	23
41. “腰椎骶化”需要做手术吗？	23
42. 腰椎相关疾病一般有哪些？	23
43. 如何正确使用腰围？	24
44. 腰椎牵引适应证有哪些？	24
45. 腰椎牵引禁忌证有哪些？	24

（四）常见骶尾椎疾病问答

25

1. 什么是骶骨错位？	25
2. “骶椎腰化”需要做手术吗？	26
3. 骶椎“隐裂”需要做手术吗？	26

4. 骶骨错位会引起尿频、尿失禁吗？	26
5. 骶椎相关疾病一般有哪些？	26
6. 什么是尾骨错位？	26
7. 尾骨错位会出现哪些症状？	26
8. 如何纠正尾骨错位？	26

二、最新的综合治疗方法有关问答 29

（一）新医正骨疗法 30

1. 什么是新医正骨疗法？	30
2. 什么是脊柱（定点）旋转复位法？	31
3. 脊柱（定点）旋转复位法是如何操作的？	31
4. 脊柱（定点）旋转复位法与传统斜搬法有何区别？	31
5. 手法的禁忌证有哪些？	32
6. 手法的适应证有哪些？	32
7. 手法治疗前需做哪些准备工作？	32
8. 手法后有什么注意事项？	32

（二）阻滞疗法 33

1. 什么是阻滞疗法？	33
2. 阻滞疗法和封闭有什么区别？	34
3. 阻滞疗法是否用激素？停止治疗后疼痛会不会反跳？ 会导致发胖吗？	35
4. 颈腰痛的病人能用阻滞疗法吗？效果如何？	37
5. 什么是硬膜外疗法？有什么治疗作用？	38
6. 硬膜外疗法的适应证、禁忌证有哪些？	40
7. 为什么硬膜外疗法又叫“液体刀”疗法？	40
8. 什么叫骶管疗法？与硬膜外疗法有什么区别？	41

- | | |
|------------------------|----|
| 9. 骶管疗法能治疗腰椎管狭窄症吗？ | 42 |
| 10. 什么是神经根阻滞疗法？ | 42 |
| 11. 什么是痛点阻滞疗法？ | 42 |
| 12. 腰椎间盘突出症的局部封闭疗法是什么？ | 43 |
| 13. 常用的腰部局部封闭方法有哪些？ | 43 |
| 14. 什么是星状神经节阻滞疗法？ | 44 |
| 15. 星状神经节阻滞的适应证有哪些？ | 46 |

(三) 针刀疗法 47

- | | |
|-------------------------|----|
| 1. 针刀是手术吗？做针刀术有无痛苦？ | 47 |
| 2. 针刀的特点是什么？有哪些适应证、禁忌证？ | 48 |
| 3. 针刀治疗后有时局部疼痛加重，这是为什么？ | 49 |
| 4. 针刀术后会不会感染，要注意哪些问题？ | 49 |
| 5. 为什么针刀能治腰椎间盘突出病变吗？ | 49 |
| 6. 针刀疗法为什么能治颈椎病吗？ | 50 |

(四) 传统中医疗法新用问答 52

- | | |
|-----------------------|----|
| 1. 熨敷中药有哪些优势？有哪些注意事项？ | 52 |
| 2. 推拿能治颈腰椎病吗？有什么禁忌证？ | 52 |
| 3. 推拿治疗颈腰痛的机制是什么？ | 53 |
| 4. 针灸治疗腰椎间盘突出病变的机制？ | 53 |
| 5. 拔罐如何治疗颈腰痛？走罐法如何操作？ | 55 |
| 6. 拔罐能解除肌肉疲劳，预防颈腰痛吗？ | 56 |
| 7. 牵引治疗颈腰椎病变的机制是什么？ | 58 |
| 8. 中医药酒能治疗颈腰痛吗？ | 59 |

(五) 微创疗法 60

- | | |
|-------------------------|----|
| 1. 什么叫做微创疗法？常用的微创疗法有哪些？ | 60 |
|-------------------------|----|

2. 胶原酶溶盘术指什么？	61
3. 激光椎间盘汽化减压术指什么？	61
4. 椎间盘臭氧分子消融术指什么？	62
5. 椎间射频消融术指什么？	62
6. 椎间盘镜下椎间盘摘除减压术指什么？	62
7. 微创介入疗法联合应用治疗椎间盘突出特点是什么？	63
8. 手术治疗腰椎间盘突出并发症是什么？	64
（六）有关最先进的物理疗法问答	64
1. 物理治疗包括哪些？物理治疗颈腰痛的机制是什么？	64
2. 物理治疗有什么副作用吗？需要注意什么？	65
3. 什么是全科治疗仪？有什么特殊作用？	65
4. 什么是石蜡疗法，为什么石蜡能治颈腰痛？	66
5. 周林频谱仪是红外线吗？	66
6. 什么是离子导入疗法？其治疗颈腰痛有什么优势？	67
三、常见颈腰痛最先进治疗方案	69
1. “落枕”治疗方案	70
2. “神经根型颈椎病”治疗方案	70
3. “椎动脉型颈椎病”治疗方案	71
4. “交感型颈椎病”治疗方案	72
5. “脊髓型颈椎病”治疗方案	72
6. “寰枢椎半脱位”治疗方案	73
7. “急性腰扭伤”治疗方案	73
8. “腰椎间盘突出症”治疗方案	74
9. “梨状肌综合征”治疗方案	74
10. “臀上皮神经损伤”治疗方案	75

11. “第三腰横突综合征”治疗方案	75
--------------------	----

四、有关康复与保健常识	77
-------------	----

（一）预防颈椎病，从日常生活做起	78
------------------	----

（二）腰椎间盘突出症的康复	83
---------------	----

（三）好腰椎靠好习惯“养”出来	88
-----------------	----

（四）让腰椎容易受伤的四个关键字	96
------------------	----

附录：	98
-----	----

（一）保守治疗方案应对脊髓型颈椎病	98
-------------------	----

（二）白领如何做颈肩保健与锻炼	101
-----------------	-----

（三）白领如何做好腰腿保健	103
---------------	-----

一、常见颈椎、胸椎、腰椎、骶椎疾病问答



(一) 常见颈椎疾病问答

1. 颈肩痛是颈椎病吗？

颈肩痛是颈椎病最基本的临床症状。

2. 什么是颈椎病？

颈椎病是由于颈椎及颈部软组织损伤和（或）退变引起脊柱内外力学平衡失调，即指颈椎椎间盘、颈椎骨关节、软骨及韧带肌肉、筋膜等所发生的退行性改变及其继发改变，致使脊髓、神经、血管等组织受损害（如压迫、刺激、失稳等）所产生的一系列临床症状。

