

丛书 升级版

性别

年龄

就诊卡号

专家诊治 颈椎病

俞永林 主编

科别

骨科

日期

费别

临床诊断:

升级版

附爱心贴

处方:

挂号费丛书



医生

药价

劳公自其

上海科学技术文献出版社

姓名:

性别:

年龄:

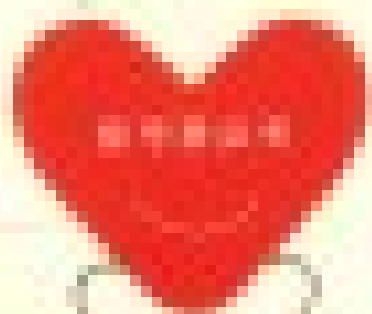
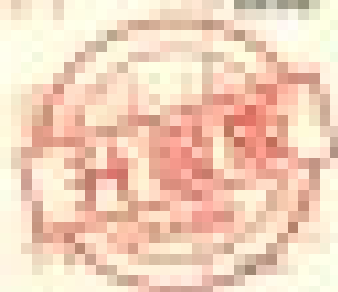
职业:

专家诊治 颈椎病

主治医师:

科室:

日期:



送检医师:

送检日期:

采样日期:

备注:

科室:

姓名:

性别:

年龄:

职业:

日期:

科室:

姓名:

性别:

年龄:

职业:

日期:



挂号费丛书 升级版

姓名		性别		年
----	--	----	--	---

专家诊治 颈椎病

科别	骨科	日期		费别	
----	----	----	--	----	--

主 编 俞永林

升级版

附爱心帖

药价	
----	--

图书在版编目 (CIP) 数据

专家诊治颈椎病 / 俞永林主编. — 上海: 上海科学技术文献出版社, 2012.3

ISBN 978-7-5439-5059-7

I. ①专… II. ①俞… III. ①颈椎—脊椎病—诊疗
IV. ①R681.5

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2011) 229709 号

责任编辑: 何 蓉

美术编辑: 徐 利

专家诊治颈椎病

俞永林 主编

*

上海科学技术文献出版社出版发行

上海市长乐路 746 号 (邮政编码 200040)

全国新华书店经销

昆山市亭林彩印厂印刷

开本 850 × 1168 1/32 印张 6.625 字数 148 000

2012 年 3 月第 1 版, 2012 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5439-5059-7

定价: 15.00 元

<http://www.sstlp.com>

随着人们物质文化生活水平的提高,一旦生了病,就不再满足于“看病拿药”了。病人希望了解自己的病是怎么得的?怎么诊断?怎么治疗?怎么预防?当然这也和疾病谱的变化有关。过去,患了大叶性肺炎,打几针青霉素,病就好了。患了夜盲症,吃些鱼肝油丸,也就没事了。至于怎么诊断、治疗,怎么预防,人们并不十分关心。因为病好了,没事了,事过境迁,还管它干嘛呢?可是现代的病不同了,许多的病需要长期治疗,有的甚至需要终生治疗。许多病不仅需要打针服药,还需饮食治疗、心理调适。这样,人们自然就需要了解这些疾病的相关知识了。

到哪里去了解?当然应该问医生。可是医生太忙,有时一个上午要看四五十位病人,每看一位病人也就那么五六分钟,哪有时间去和病人充分交谈。病人有困惑而不解,自然对医疗服务不满意,甚至对医嘱的顺从性就差,事实上便影响了疗效。

病人及其家属有了解疾病如何防治的需求,而门诊的医生爱莫能助。这个矛盾如何解决?于是提倡普及医学科学知识,报刊、杂志、广播、电视都常有些介绍,对一般群众增加些防病、治病的知识,当然甚好,但对于患了某病的病人或病人的家属而言,就显得不够了,因为他们有很多很多的问题要问。把与某一疾病相关的知识汇集成册,是一个

总序

好主意,病人或家属一册在手,犹如请来了一位家庭医生,随时可以请教。

上海科学技术文献出版社有鉴于此,新出一套“挂号费丛书”。每册之售价约为市级医院普通门诊之挂号费,故以名之。“挂号费丛书”尽选常见病、多发病,聘请相关专家编写该病的来龙去脉、诊断、治疗、护理、预防……凡病人或家属可能之疑问,悉数详尽解述。每册 10 余万字,包括数百条目,或以问诊方式,一问一答,十分明确;或分章节段落,一事一叙一目了然。而且作者皆是各科专家,病人或家属所需了解之事他们自然十分清楚,所以选题撰稿,必定切合需要。而出版社方面则亦在字体、版式上努力,使之更能适应各阶层、各年龄之读者需要。

所谓珠联璧合,从内容到形式,“挂号费丛书”确有独到之处。我相信病人或家属读了必能释疑解惑,健康的人读了也必有助于防病强身。故在丛书即将出版之时,缀数语于卷首,或谓之序,其实即是叙述我对此丛书之认识,供读者参考而已。不过相信诸位读后,必谓我之所言不谬。

复旦大学附属中山医院内科学教授

上海市科普作家协会理事长

杨秉辉

颈椎病是常见病。根据世界卫生组织(WHO)在 21 世纪初所做的统计,颈椎病在全球十大顽症中排序第二,仅次于心脑血管疾病。在全球 60 多亿人口中,颈椎病的患病人群高达 9 亿。美国每年因颈椎病造成的经济损失高达 50 亿美元。据日本 9 大医院统计,颈椎病占骨科门诊量的 11%和神经科门诊量的 9%,均为门诊诸病之首。在我国,随着人均寿命的延长,颈椎病的发病率也逐年增加。据报道,我国颈椎病的发病率为 17.3%,全国有 2 亿多患者,每年用于颈椎病治疗的费用高达 5 亿多元人民币。

近年来,颈椎病发病率急剧上升,并出现低龄化趋势。有调查表明:1996 年,青少年颈椎病患者所占比例为 8.7%,而至 2000 年底上升为 12%。颈椎病,轻者颈肩部不适、疼痛,重者可出现四肢瘫痪、大小便失禁等严重后果。事实证明,颈椎病的发病除了与颈椎本身的解剖结构的退行性变(老)化和颈部的各种急、慢性损伤有关外,与日常生活、工作、睡眠体位是否正确等也有关系。学生埋头读书,会计等各种需长期伏案或从事电脑操作的人员,由于长期伏案工作或学习,情况尤其突出。而在画家、作家、驾驶员、修理钟表的工匠、需低头操作的其他各类工人(如电焊工、缝纫工、刺绣工、纺织工等)中,颈椎病的发病率也相当高。医院相关科室的医务人员,尤其是骨科医师,有责任和义务帮助大家正确认识本病。

本书从颈椎病病例分析入手,阐述如何注意工作和生

专家诊治

颈椎病

ZHUANJIA ZHENZHILIU JINGZHUBING

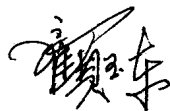
序

活中的细节,无病防病,有病及时治疗并防止发展为重病。如果能较好掌握和运用这些知识,一定会对该病的预防和治疗有所帮助,做到远离颈椎病。本书是作者在结合 37 年骨科临床经验的基础上,参阅大量相关医学文献编著而成。内容新颖、系统、详细、实用,适合广大颈椎病病人及其家属阅读。

复旦大学附属华山医院

手外科终身教授

中国工程院院士



挂号费丛书·升级版总序

序

患了颈椎病可能会有的一些表现

头晕、头痛、颈肩痛、上肢麻木	002
什么是颈椎病？有哪些临床表现	002
各型颈椎病分别有哪些表现	003
视力障碍	006
颈椎病为何会引起视力障碍	006
心脏不适	007
颈椎病病人为何会有心绞痛等心脏不适	
症状	007
吞咽困难	008
颈椎病为何会引起吞咽困难	008
高血压	010
颈椎病会引起高血压吗	010
胃部不适	012
颈椎病为何会引起胃部不适	012

乳房疼痛	014
颈椎病为何会引起乳房疼痛	014
颈椎间盘突出就是颈椎间盘突出症吗	015

了解一些颈椎及颈椎病的常识

颈椎病相关的基本解剖知识	018
脊柱由哪些基本结构组成	018
颈椎的解剖结构有什么特点	020
第 1 颈椎有哪些解剖特点	021
第 2 颈椎有哪些解剖特点	022
第 7 颈椎有哪些解剖特点	022
颈椎各节段之间是怎样连结的	023
第 1、第 2 颈椎之间是怎样连结的	024
患颈椎间盘突出症时怎样推算受压的 颈神经根受累情况	025
颈部脊髓和神经根的结构有什么特点	025
颈椎的椎管有多大	026
颈部有哪些肌肉	027
颈椎椎骨的血液是如何供应的	028
椎动脉的走行与分段如何	028
有关颈椎病的常识	029
骨刺是怎么形成的	029
骨刺与疼痛有什么关系	031
骨刺大小与颈椎病严重程度有什么关系	032

颈椎退行性变有什么含义	033
颈托对颈椎病有何作用	034
颈托有哪些种类	035
怎样正确使用颈托	035
正常人的颈椎有哪些活动	036
正常人颈椎生理曲度变直是怎么回事	037
是否有办法自我测试颈椎病	038
落枕是怎么回事	040
为什么吸烟与颈椎病有关	041
为何咽喉炎与颈椎病相关	042
颈椎受过伤后为什么易得颈椎病	043
是什么原因造成脊髓变性	044
颈椎间盘的主要组成部分是什么	045
什么是颈椎间盘变性	045
颈部弹响是颈椎病引起的吗	046
为什么中小学生会得“颈椎病”	047

颈椎病的诊断和鉴别诊断

检查诊断	050
CT 和磁共振成像对颈椎病的诊断有	
什么意义	050
肌电图对颈椎病有什么诊断意义	051
不同体位的颈椎 X 线片各有什么	
诊断意义	053
如何判断颈椎病病人的肌肉力量	054
通过哪些试验来诊断神经根型颈椎病	055

颈椎椎管造影有何意义	056
怎样诊断颈椎病	057
鉴别诊断	059
神经根型颈椎病须与哪些疾病相鉴别	059
颈型颈椎病须与哪些疾病相鉴别	059
脊髓型颈椎病须与哪些疾病相鉴别	060
椎动脉型颈椎病须与哪些疾病相鉴别	064
骨质疏松与颈椎病有什么关系	065
慢性颈肩背部疼痛如何与颈椎病 相鉴别	066

颈椎病的治疗

颈椎病怎样治疗	069
直流电陈醋药物离子导入治疗颈椎病 有效吗	071
颈椎病的热疗法是怎么回事	072
超声疗法能治疗颈椎病吗	073
磁疗法适用于颈椎病的治疗吗	074
磁片贴敷治疗注意事项有哪些	075
颈椎病家庭物理疗法如何进行	076
什么是颈椎人工椎间盘置换术	077
什么样的颈椎病病人适合做人工椎间 盘置换术	078
颈椎病病人在术前应做好哪些准备	079
什么是颈椎不稳	080

颈椎不稳症的治疗方法有哪些	081
什么是颈椎后纵韧带骨化症	083
什么是项韧带钙化	084
什么是颈腰综合征	084
应用超短波电疗法怎么治疗颈椎	
骨质增生	086
硬膜外激素治疗颈椎病的原理是什么	087
何谓星状交感神经节阻滞术	087
何谓颈椎病的髓核化学溶解法	089
如何用臭氧疗法治疗颈椎病	089
如何用激光治疗颈椎病	090
颈椎病何时应该手术	091
颈椎病手术有哪些类型	092
颈椎病手术后留有钢板,可以做	
磁共振检查吗	094
哪些病人适合做颈椎前路手术	094
如何防止植骨块脱出、感染及不愈合	095
哪些病人适合做颈椎后路手术	097
什么是“单开门”椎板成形术	098
什么是“双开门”椎板成形术	098
哪些颈椎病病人不能手术治疗	099
颈椎病手术可能会产生哪些并发症	100
家属如何协助护理颈椎病术后的病人	103
颈椎病术后病人的颈部要制动吗	105
颈椎病术后病人如何加强颈背部	
肌肉锻炼	106
颈椎病病人术后何时复查	107

如何评估颈椎病病人的手术疗效	108
怎样评估颈椎病手术后的效果	109
如何对肌力恢复情况作自我判断	111
哪些因素会影响颈椎病病人的	
手术疗效	112
脊髓型颈椎病病人术后何时	
需再次手术	114
哪些颈椎病病人适合做颈椎牵引	115
颈椎牵引的作用机制是什么	115
怎样在家里做颈椎牵引治疗	116
颈椎牵引应注意些什么	118
颈椎病如何理疗	118
颈椎病病人如何进行药膳治疗	121
为什么中药热敷能治疗颈椎病	124
药浴法能治疗颈椎病吗	125
为什么药物枕头对颈椎病也有	
一定治疗作用	127
梳头也能治疗颈椎病吗	128
落枕怎样治疗	129
对截瘫的颈椎病病人怎样做家庭护理	
.....	130
如何对颈椎病病人进行康复治疗	132
颈椎病病人的精神康复包括哪些方面	133

颈椎病病人的生活保健

怎样避免穿戴胸罩不当引起的颈椎病

.....	135
颈椎病病人的枕头应如何设计	136
颈椎病病人的床铺如何选择	137
颈椎病病人的饮食应如何选择	139
颈椎病病人应采取怎样的睡眠体位	140
为什么说在驾车时防止颈椎受伤也是对	
颈椎病的最好预防	141
如何预防驾车时引起的颈椎外伤	142
为什么驾驶摩托车时戴的头盔太重	
易患颈椎病	145
听电话姿势不当也会导致颈椎病吗	146
直吹空调容易诱发颈椎病吗	147
为什么女性对着空调吹更易得颈椎病	148
如何在日常生活中防止颈部外伤	148
如何预防中小学生的运动损伤	149
如何防止跳水引起的颈椎损伤	150
对落枕如何进行自我按摩	151
不良的体位与颈椎病有什么关系	152
为什么游泳有益于颈椎健康	154
瑜伽能强健颈椎还是损伤颈椎	155
放风筝能防治颈椎病吗	157
按摩对颈椎病总是有好处吗	157
如何将减肥与防治颈椎病科学地	
结合起来	159
中小學生热衷玩电脑也会得颈椎病吗	160
退休老人娱乐活动怎么也会出现	
颈椎问题	161

炒股票怎么会引发颈椎病	162
有哪些不良生活习惯可能导致颈椎病	163
躺着看电视也会引发颈椎病吗	164

颈椎病的预防

防治颈椎病“十要十不要”的具体内容	
是什么	167
怎样做预防颈椎病的医疗体操	171
围领和颈托有何作用	173
做颈椎病医疗体操应注意什么	174
如何采用按摩手足与简易颈椎操相结合的	
方法防治颈椎病	174
如何做颈椎病哑铃体操	176
伏案工作者如何利用工作间歇	
舒缓颈椎	179
什么是麦肯切尔健身法	180
怎样做颈椎病老年保健操	182
为什么颈椎病病人应慎做“米”字操	183
操作电脑时正确的姿势应该怎样	183
如何预防“低头综合征”	185
如何预防中小学生得颈椎病	186
怎样预防“头盔综合征”	188
如何预防落枕	189
自我按摩对颈椎病有防治作用吗	190

挂号费丛书·升级版总书目

患了颈椎病
可能会有的一
些表现

