

JIAN K ANG JIAO YU CONG SHU

健康教育丛书

“健康家园”

——医学科普进万家十年大行动”
全国组委会组织编写



主 编 张文康
副主编 余 靖

坐骨神经痛

编 著 孙树椿 张 清
齐越峰

42

中国中医药出版社

健康教育丛书

42

坐骨神经痛

编著 孙树椿
张 清
齐越峰

中国中医药出版社

·北 京·

图书在版编目(CIP)数据

坐骨神经痛 / 孙树椿等编著. -2 版. - 北京:中国中医药出版社,

2005. 1

(健康教育丛书)

ISBN 7-80156-767-6

I. 坐... II. 孙... III. 坐骨神经痛 - 基本知识 IV. R745. 4

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 133690 号

责任编辑:杜素伟

中国中医药出版社出版

发行者:中国中医药出版社

(北京市朝阳区北三环东路 28 号易亨大厦)

电话:64405750 邮编:100013)

(邮购联系电话:84042153 64065413)

印刷者:北京市卫顺印刷厂

经销者:新华书店总店北京发行所

开 本:850×1168 毫米 32 开

字 数:55 千字

印 张:5.375

版 次:2005 年 1 月第 2 版

印 次:2005 年 1 月第 1 次印刷

册 数:4000

书 号:ISBN 7-80156-767-6/R·767

定 价:10.00 元

如有质量问题,请与出版社发行部调换。

[HTTP://WWW.CPTCM.COM](http://WWW.CPTCM.COM)



健康教育丛书

主 编 张文康

副主编 余 靖

专家审定委员会(以姓氏笔画为序)

王永炎 石学敏 卢世璧

吴咸中 沈自尹 陈可冀

胡亚美 翁心植 程莘农

裘法祖

健康家园全国组委会组织编写

Jk

再版说明

自 2000 年“健康家园——医学科普进万家 10 年大行动”开展以来，得到了卫生部、国家中医药管理局及各地卫生行政主管部门的高度重视。截止到目前，此项活动开展了近 4 年的时间，各地结合自身情况，分别开展了不同的形式多样的医学科普宣传活动，取得了良好的社会效果。作为此项活动的宣教材料——《健康教育丛书》也得到了广大读者的一致好评。据不完全统计，包括赠阅和销售在内，本套丛书已印制发行 500 余万册，充分证明了广大人民群众对健康教育活动和医学科普知识的需求与渴望。



随着时代的发展，科学技术的发展日新月异，中西医知识亦不断更新，医学科普知识在很多领域的概念和内容也产生了变化，同时出现了一些新的疾病谱，如 SARS 的暴发流行，使人们对传染病的看法，对医

学领域的重视，对人的生命与健康的高度关注等，都产生了深刻的变化，所以修订《健康教育丛书》，使人们对医学科普知识能够耳目一新，是十分必要的。基于以上认识，我们请上百位专家对每一本书都进行了认真的修订，并对有些内容进行了删减，如医院专科、因地址、电话、邮编及增减医院专科等诸多因素，很难给广大读者一个准确的信息，为避免误导读者，决定删除此栏目。因结核病较前发病率明显提高，同时增加了一本《肺结核》。因艾滋病的增长率很快，引起全世界的高度重视，故又增加了一本《艾滋病》。共计 80 种。在修订的过程中，有关院士非常重视，提出了很多好的修订意见，并帮助对有关内容进行认真审定。再此表示衷心的感谢。

希望本套丛书的修订出版能给广大读者带来更新更全的医学科普知识，为您的健康幸福生活带来有益的帮助！也希望藉此能把“健康家园”活动更深入地开展下去，并把健康科普宣传活动推向新的高潮！

中国中医药出版社

2004 年 12 月

出版者的话

人生最宝贵的应该是生命和健康,健康与疾病是全社会都非常关注的问题,它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。卫生部和国家中医药管理局领导非常重视这一全社会都非常关注的课题,他们制定的不是重在有病去治,而是无病先防的预防为主的健康工作方针。2000年为了积极贯彻江泽民同志崇尚科学,大力开展科学知识普及工作等一系列指示精神,及李岚清副总理在全国九亿农民健康教育工作电视电话会议的讲话精神,精心组织策划了“健康家园——医学科普进万家10年大行动”的医学知识普及活动。为了使本次活动有声有色,张文康部长不但亲自担任活动组委会主任,还亲自组织中医专家学者主编了本次活动的宣教材料——健康教育丛书。丛书共分78分册,

介绍近百种常见病的一般知识、疾病信号、家庭保健、用药禁忌等防治疾病的知识,并向患者提供与该病有关的信息。旨在提高全民的健康意识与身体素质,把健康知识送到每一个家庭。

为保证本套丛书的科学性、权威性、实用性、普及性,组委会邀请数位医学界的科学院院士、工程院院士亲自审定,并出任审定委员会委员。出版本丛书是我们出版社的责任,为了使本丛书长盛不衰,我们准备定期修订,以使每个家庭能经常获得防病治病的新知识,使人人享有健康。



中国中医药出版社

2004年12月

目录

一般知识

- 什么是坐骨神经痛 (3)
- 坐骨神经及其分支支配哪些肌肉 (4)
- 坐骨神经有哪些主要分支 (5)
- 坐骨神经及分支支配哪些肌肉 (5)
- 引起坐骨神经痛的原因有几种 (7)
- 什么是放射痛 (8)
- 什么是反射痛 (9)
- 什么是牵涉痛 (10)
- 坐骨神经痛按部位如何分类 (10)
- 坐骨神经痛按症状如何分类 (12)
- 坐骨神经痛压痛点在什么地方 (13)
- 根性和干性坐骨神经痛表现有什么不同 (14)

引起坐骨神经痛的常见疾病有哪些	(15)
中医是如何认识坐骨神经痛的	(17)
什么是腰椎间盘突出症	(18)
腰椎间盘突出症为什么会引起坐骨神经痛 ...	(19)
腰椎间盘突出症是怎样发生的	(20)
腰椎间盘突出症有什么临床表现	(21)
如何自我判断腰椎间盘突出症引起的	
坐骨神经痛	(23)
腰椎间盘突出症的 X 线检查有哪些表现	(24)
什么是梨状肌损伤综合征	(26)
坐骨神经与梨状肌位置关系如何	(27)
梨状肌损伤综合征为什么会引起	
坐骨神经痛	(29)
如何判定梨状肌损伤综合征引起的	
坐骨神经痛	(30)
什么是腰椎椎管狭窄症	(31)
腰椎椎管狭窄症为什么会引起坐骨神经痛 ...	(32)
腰椎椎管狭窄症引起的坐骨神经痛有	
哪些表现	(33)
什么是腰椎滑脱	(34)
腰椎滑脱为什么会引起坐骨神经痛	(35)

腰椎滑脱引起的坐骨神经痛有哪些特点	(37)
什么是腰椎骶化, 什么是骶椎腰化	(38)
腰椎骶化和骶椎腰化为什么容易引起	
坐骨神经痛	(39)
什么是强直性脊柱炎	(40)
强直性脊柱炎引起的坐骨神经痛有	
什么特点	(41)
什么是增生性脊柱炎	(42)
增生性脊柱炎引起的坐骨神经痛有	
哪些症状	(43)
骶髂关节扭伤是怎么回事	(45)
骶髂关节扭伤也能引起坐骨神经痛	(46)
骶髂关节扭伤引起的坐骨神经痛有	
哪些表现	(47)
腰椎结核为什么会引起坐骨神经痛	(48)

疾病信号

疼痛	(51)
放射痛	(51)
感觉异常	(52)

肌肉萎缩	(53)
跛行	(53)
活动受限	(54)

就医须知

.....	(55)
-------	------

检查须知

坐骨神经痛如何进行检查	(61)
坐骨神经痛 X 线检查包括哪些， 有什么临床意义	(62)
CT 扫描对坐骨神经痛检查有 什么临床意义	(64)
磁共振成像对坐骨神经痛检查 有什么临床意义	(65)
什么是肌电图检查，对坐骨神经痛检查 有什么临床意义	(67)
什么是椎管造影，对坐骨神经痛检查 有什么临床意义	(69)

什么是直腿抬高试验	(70)
什么是屈颈试验	(72)
屈颈试验有什么临床意义	(73)
什么是弓弦试验	(74)
什么是梨状肌紧张试验	(75)

住院须知

.....	(77)
-------	------

治疗须知

坐骨神经痛有哪些治疗方法	(83)
坐骨神经痛需要手术治疗吗	(84)
坐骨神经痛患者卧床休息有什么意义	(85)
坐骨神经痛的骨盆牵引疗法有哪些作用	(86)
坐骨神经痛患者进行牵引时应注意什么	(88)
什么是物理疗法，物理疗法对治疗 坐骨神经痛有哪些作用	(89)
电疗法怎样治疗坐骨神经痛	(90)
磁疗法怎样治疗坐骨神经痛	(92)

- 红外线疗法怎样治疗坐骨神经痛..... (93)
- 超声波疗法怎样治疗坐骨神经痛..... (94)
- 推拿手法为什么能治疗坐骨神经痛 (95)
- 推拿手法怎样治疗坐骨神经痛 (97)
- 推拿手法治疗坐骨神经痛
- 有哪些注意事项 (99)
- 针灸怎样治疗坐骨神经痛 (100)
- 中药离子导入如何治疗坐骨神经痛 (101)
- 辨证施治 (102)
- 中药验方 (105)

常用药

- (107)

家庭保健

- 如何预防坐骨神经痛的发生 (113)
- 预防坐骨神经痛的药膳有哪些 (115)
- 预防坐骨神经痛应采用什么样睡姿 (119)
- 预防坐骨神经痛应怎样用枕 (120)

预后康复

预防坐骨神经痛怎样进行功能锻炼 (123)

预防坐骨神经痛采取什么样的站立姿势

最好 (127)

预防坐骨神经痛采取什么样的坐姿最好 ... (129)

预防坐骨神经痛采取什么样的行走姿势

最好 (131)

劳动中如何防止坐骨神经痛的发生 (133)

新技术新方法

什么是神经阻滞疗法 (137)

神经阻滞疗法治疗坐骨神经痛的机理

是什么 (138)

坐骨神经痛神经阻滞疗法的适应证

与禁忌证有哪些 (140)

什么是坐骨神经痛的硬膜外腔神经

阻滞术 (141)

硬膜外腔神经阻滞术如何治疗

坐骨神经痛 (143)

什么是骶管神经阻滞 (145)

骶管神经阻滞如何治疗坐骨神经痛 (146)

坐骨神经痛研究进展如何 (147)

关键词索引

..... (149)

一般知识

健康需知识
医理是真知

