



上海科普图书创作出版专项资助

# 细说 腰椎退行性疾病

腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎滑脱症

董健 姜晓幸 主编

In-depth  
Guide to  
Lumber Degenerative  
Disease

上海科学技术文献出版社



# 细说

# 腰椎退行性疾病

张洪涛 张洪涛 张洪涛 张洪涛 张洪涛

张洪涛 张洪涛 张洪涛

In-depth  
Guide to

Lumbar Degenerative  
Disease

张洪涛 张洪涛 张洪涛

上海科普图书创作出版专项资助

# 细说 腰椎退行性疾病

腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎滑脱症

董健 姜晓幸 主编

**图书在版编目(CIP)数据**

细说腰椎退行性疾病 / 董健等主编. —上海: 上海科学技术文献出版社, 2011. 7  
ISBN 978-7-5439-4880-8

I. ①细… II. ①董… III. ①腰椎-椎间盘突出-防治-问题解答 IV. ①R681.5-44

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第103561号

责任编辑: 何 蓉

封面设计: 钱 祯

**细说腰椎退行性疾病**

主编 董 健 姜晓幸

\*

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

江苏常熟市人民印刷厂印刷

\*

开本660X990 1/16 印张11.75 字数147 000

2011年7月第1版 2011年7月第1次印刷

印数: 1-5000

ISBN 978-7-5439-4880-8

定价: 20.00元

<http://www.sstlp.com>

## 编写人员

主 编 董 健 姜晓幸

秘 书 王会仁

编 者 (按姓氏拼音排序)

车 武 陈 农 方涛林 费琴明

冯振洲 蒋 淳 蒋继乐 李 超

李熙雷 林 红 刘 奕 马易群

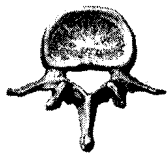
王会仁 王少俊 袁 维 周 健

周晓岗

我们在5年前编写了《专家解答腰椎间盘突出症》这一科普图书,以理论与实践并重、内容丰富实用受到广大患者朋友的欢迎,社会反响热烈,到今年初已先后12次重印,繁体字版也已在台湾地区出版,成为许多患者床边的康复参考书,我们深受鼓舞。但在近年医疗工作中,仍经常有患者问起腰椎滑脱和椎管狭窄的许多问题,我们了解到市场上缺乏此类科普书籍,因此决定编写《细说腰椎退行性疾病》。腰椎退行性疾病主要包括腰椎间盘突出症、腰椎滑脱症和腰椎管狭窄症,是骨科、脊柱外科临床上最为常见的疾病,是引起慢性腰腿痛的主要原因。

据国内外统计,因慢性腰腿痛到医院就诊的门诊病人中,腰椎退行性疾病的比例高达70%以上,这个比例在住院病人中还要高。腰椎退行性疾病过去主要发生在中老年人群中,随着近年来人口老龄化和人们生活工作方式的改变,其发病率增高,而发病年龄呈年轻化趋势,来就诊的患者中除了白发苍苍的老年人以外,公司里的白领也越来越多,成为全民性的疾病,严重影响现代人健康水平。由于患者常合并有许多内科疾病,如糖尿病、高血压、心脏病,在治疗上对医师的要求也越来越高,必须对患者身体有个全面的评价,综合治疗。随着物质文化的丰富,人民大众对身体健康的重视,对生活的质量也有了更高的要求,希望更加舒适无痛苦地生活。在看病就诊过程中希望问个为什么,知其然还想知道其所以然。怎样更好地为患者服务,有个更好的治疗结果,是医师和患者都要考虑的事情。

对于任何疾病,早期预防胜过任何灵验的良药和高超的外科



技术,腰椎退行性疾病也是如此。就容易引起腰椎退行性疾病的原因而言,大部分患者如能懂得一些相关的知识并在日常生活中加以注意,就可以大大降低其发病率。但遗憾的是,根据我们在临床上所接触到的情况来看,人们在这方面的知识还非常欠缺。我们也由衷地感到很有必要做一些腰椎间盘突出症、椎管狭窄症、腰椎滑脱症的预防和自我保健知识的普及工作。对于这些患者而言,更透彻地理解自身所患的疾病和多熟悉一些相关的知识,对于提高疗效和防止复发,有很大的意义。

本书采用一问一答的形式,大多数问题是在临床工作中患者反复询问的,限于临床工作的繁忙,平时的回答往往欠详细,我们感到很有必要从理论上全面、系统地给患者朋友们解释清楚。所以,提问的设计尽量从患者的思考角度出发,同时也结合了我们的临床实践,在介绍疾病的同时也希望能解决一些实际的问题。内容上层层深入,从腰椎和椎间盘的基本结构讲起,病因、病理、临床表现、治疗和自我康复,完整地介绍了目前医学界对于腰椎间盘突出症、腰椎管狭窄症、腰椎滑脱症这三大腰椎退行性疾病的认识,包括最新的治疗手段、日常保健及康复方法。也涵盖了一般工作性质、旅游甚至怀孕等特殊状态下预防和治疗腰椎退行性疾病的方法,以通俗易懂的语言向大众普及腰椎退行性疾病防治和康复的基本知识和最新理念。

由于本书的编写者均为临床医师,在繁忙的医疗工作之余编写此书,存在的不足与疏漏之处,欢迎各位读者和同仁们指教,以利我们下次再版时改正。

上海市优秀学科带头人

上海市医学领军人才

复旦大学附属中山医院

骨科教授,主任医师,博士生导师

**董 健**

2011年7月

## 腰椎退行性疾病的基本知识

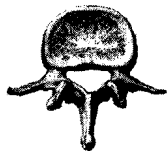
### 腰突症、腰椎滑脱症、腰椎管狭窄症的基本概念 / 1

- 在 X 线、CT、MRI 等检验报告上经常有“腰椎退行性改变”，是什么含义 / 1
- 什么是腰突症 / 2
- 什么是腰椎滑脱症 / 2
- 什么是腰椎管狭窄症 / 3
- 为什么三种疾病经常同时存在，三者之间有何联系 / 3

### 腰椎的基本知识 / 3

- 腰椎的基本构成和形态 / 3
- 腰椎的生理功能有哪些 / 5
- 椎间盘的结构是怎样的 / 6
- 椎间盘的血管和神经分布 / 7
- 椎间盘的生理功能有哪些 / 7
- 椎间盘在保持脊柱稳定性中有何作用 / 8
- 椎间盘如何随年龄变化 / 9
- 体位与腰椎负荷关系 / 9





- 腰椎管内部结构如何 / 10
- 腰椎与腰骶段脊髓平面有怎样的关系 / 12
- 腰神经根组成与走行如何 / 12
- 腰椎之间有哪些韧带 / 13
- 腰椎间关节和椎间孔的结构 / 14
- 腰椎间盘突出与腰神经根有何关系 / 16

## 腰椎退行性疾病的发病原因

### 腰突症 / 18

- 引起腰突症的常见原因有哪些 / 18
- 腰突症的诱发因素有哪些 / 19
- 哪些因素可使椎间盘发生退行性改变 / 20
- 椎间盘突出好发位置如何 / 21
- 腰突症临床分哪几型 / 21
- 腰突症会发生哪些病理变化 / 22
- 突出后的椎间盘还能复位吗 / 23
- 为什么不干体力活也会患腰突症 / 24
- 有颈突症的患者容易得腰突症吗 / 25
- 腰突症会遗传吗 / 25
- 为什么腰突症会引起腰腿痛和麻木 / 25

### 腰椎滑脱症 / 26

- 引起腰椎滑脱的常见原因有哪些 / 26
- 哪些因素可诱使腰椎发生滑脱 / 27
- 腰椎滑脱与骨质疏松有关系吗 / 28
- 不干体力活也会出现腰椎滑脱吗 / 28
- 为什么年轻人也会腰椎滑脱 / 29
- 腰椎滑脱是椎间盘突出引起的吗 / 29

- 为什么腰椎滑脱症常伴腰突症 / 29
- 为什么腰椎滑脱症常伴椎管狭窄 / 29
- 腰椎滑脱和腰椎不稳是一回事吗 / 29
- 腰椎滑脱好发位置有哪些 / 30
- 腰椎滑脱症会发生哪些病理变化 / 30
- 腰椎滑脱能像四肢脱臼一样手法复位吗 / 31
- 腰椎滑脱如何分型 / 31

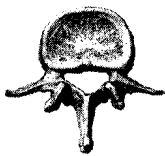
### 腰椎管狭窄症 / 32

- 引起腰椎管狭窄症的常见原因有哪些 / 32
- 腰椎管狭窄症的好发部位 / 32
- 腰椎管狭窄症神经卡压的机制 / 32
- 为什么腰椎管狭窄会引起疼痛及麻木 / 33
- 为什么腰椎滑脱常导致椎管狭窄 / 33
- 腰椎管狭窄症会发生哪些病理变化 / 33
- 什么是颈腰综合征 / 34
- 腰椎管狭窄症的患者为什么喜欢走路时身体前倾 / 34

## 腰椎退行性疾病的临床表现

### 腰突症 / 35

- 腰突症各型临床表现有何不同 / 35
- 为什么腰突症会引起腰腿痛 / 36
- 根性痛是什么样的 / 36
- 反射痛、放射痛、牵涉痛各是什么意思 / 37
- 什么是坐骨神经痛 / 38
- 腰突症患者会出现下腹痛吗 / 38
- 腰突症患者一定会有腰痛吗 / 39
- 腰腿痛和活动及体位的关系如何 / 39



- 腰腿痛和腹压的关系如何 / 40
- 为什么有的腰突症患者会有脊柱活动受限 / 40
- 腰突症患者为什么会发生脊柱侧突 / 41
- 间歇性跛行是什么意思 / 41
- 腰突症患者为什么会有间歇性跛行 / 41
- 为什么跛行的患者恰能正常骑自行车 / 42
- 腰椎间盘突出症患者出现腿部抽搐是怎么回事 / 42
- 腰突症患者下肢感觉麻木是怎么一回事 / 43
- 腰突症患者的下肢异常和中风引起的下肢异常怎样区别 / 43
- 腰突症患者一定是一侧下肢出现异常吗 / 43
- 为什么有的腰突症患者两肢粗细不同 / 44
- 腰突症患者会出现下肢水肿吗 / 44
- 腰突症患者为什么会有下肢和会阴感觉异常 / 44
- 为什么腰突症患者会感觉患肢发凉 / 45
- 为什么有的腰突症患者会有大小便异常和性功能障碍 / 45
- 腰突症会导致截瘫吗 / 45
- 什么是椎间盘源性腰痛 / 46
- 椎间盘源性腰痛有哪些临床表现 / 46
- 为什么有的患者做抬腿动作就会加重下肢疼痛 / 47

#### 腰椎滑脱症 / 47

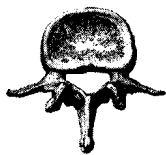
- 腰椎滑脱症腰痛的特点是什么 / 47
- 为什么腰椎滑脱会引起腰痛 / 48
- 为什么腰椎滑脱症患者会出现下肢疼痛及麻木 / 48
- 为什么腰椎滑脱症会引起间歇性跛行 / 48
- 老年人的腰椎滑脱症和儿童、青少年有什么区别 / 48
- 腰椎滑脱症一定会有下肢症状吗 / 49
- 腰椎滑脱症一定会有腰痛吗 / 49

#### 腰椎管狭窄症 / 49

- 腰椎管狭窄症和腰突症的临床症状有何不同 / 49
- 为什么腰椎管狭窄症会引起腰腿痛 / 50
- 为什么腰椎管狭窄患者容易出现间歇性跛行 / 50
- 为什么腰腿痛症状会越来越重 / 50
- 为什么有些腰椎管狭窄症患者同时还有上肢麻木、疼痛 / 50
- 颈椎病引起的下肢症状和腰椎病变引起的有什么不同 / 50
- 为什么有的腰椎管狭窄患者会有大小便异常和性功能障碍 / 51
- 为什么大部分先天性椎管狭窄患者年轻时没有症状 / 51
- 腰椎管狭窄症和腰突症同时存在有什么临床特点 / 51

## 腰椎退行性疾病的检查方法

- 腰椎退行性疾病常用体检方法 / 52
  - 腰部疼痛与腰椎退行性疾病有何关系 / 52
  - 腰椎滑脱能通过体检发现吗 / 52
  - 感觉异常与病变位置关系 / 53
  - 肌力指标是什么？如何判断肌力改变 / 54
  - 如何检查肌肉萎缩 / 54
  - 肌肉萎缩、肌力改变和腰椎间盘突出位置有何关系 / 55
  - 膝反射和跟腱反射有何临床意义 / 55
  - 直腿抬高试验和其临床意义 / 56
  - 屈髋伸膝试验有何临床意义 / 57
  - 健腿抬高试验有何临床意义 / 57
  - 仰卧挺腹试验有何临床意义 / 57
  - 股神经牵拉试验有何临床意义 / 58
  - 上肢体检对腰椎退行性疾病诊断有何临床意义 / 58
  - 腰椎退行性疾病患者怎样配合医师检查 / 59



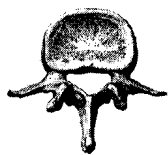
## 腰椎退行性疾病辅助检查方法 / 60

- 为什么腰腿痛患者先要摄 X 线片 / 60
- 为什么要在 X 线下以不同体位摄片 / 61
- 为什么有时需要患者拍摄过度伸展和过度屈曲腰部的 X 线侧位片 / 61
- 腰突症常见 X 线表现有哪些 / 62
- 腰椎不稳和腰椎滑脱在 X 线上有什么区别 / 62
- 什么是 CT? CT 对腰椎退行性疾病诊断有何意义 / 63
- CT 扫描在腰椎退行性疾病诊断中有哪些优点 / 64
- 什么是 MRI? 它对腰椎退行性疾病诊断有何意义 / 64
- 为什么有的患者 CT 和 MRI 检查都要做 / 65
- CT 检查显示有椎间盘突出就一定是腰突症吗 / 66
- 患者在行 MRI 检查前应进行什么准备 / 66
- 哪些患者不宜行 MRI 扫描 / 67
- 做过心脏金属瓣膜置换术的患者不能做 MRI, 还有什么补救的办法吗 / 67
- 什么是椎间盘造影, 椎间盘造影有些什么意义 / 67
- 椎间盘造影术的应用范围有哪些 / 68
- 椎间盘造影还存在哪些问题 / 68
- 什么是 CTM / 69
- 肌电图对腰椎退行性疾病有何诊断价值 / 69
- 周围神经诱发电位和节段性体感诱发电位检查对于腰腿痛患者有什么意义 / 69
- B 超可用于诊断腰突症吗 / 70
- 诊断腰椎退行性疾病还有哪些其他的辅助检查 / 70

## 腰椎退行性疾病的诊断和鉴别诊断

- 如何诊断腰突症、腰椎滑脱症、腰椎管狭窄症 / 72

- 腰痛一定是腰椎退行性疾病引起的吗 / 72
- 腰腿痛一定是腰椎退行性疾病引起的吗 / 73
- 腰椎骨质增生会造成腰腿痛吗 / 73
- 为什么有时候影像学表现和临床症状严重程度不一致 / 74
- 没有腰腿痛就一定不是腰椎退行性疾病吗 / 74
- 什么是高位腰突症,有什么特点 / 75
- 骶髂关节劳损如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 75
- 腰椎结核如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 75
- 腰椎肿瘤如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 76
- 椎管内肿瘤如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 77
- 腰椎滑脱症如何与腰突症相鉴别 / 77
- 腰椎管狭窄症如何与腰突症相鉴别 / 78
- 脊柱骨质疏松如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 78
- 脊柱骨折如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 78
- 坐骨神经病变如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 79
- 梨状肌综合征如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 79
- 强直性脊柱炎如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 80
- 脊神经后支综合征如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 80
- 隐性脊柱裂如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 81
- 腰椎棘上、棘间韧带劳损如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 82
- 急性腰肌扭伤如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 82
- 腰肌劳损如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 82
- 第3腰椎横突综合征如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 83
- 骨盆出口综合征如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 83
- 脊髓血管畸形如何与腰椎退行性疾病相鉴别 / 84
- 青少年腰突症有何特点 / 85
- 椎间盘源性腰痛的诊断标准是什么 / 85
- 颈腰综合征有哪些临床表现 / 85



- 妇科疾病所致下腰痛是怎样的 / 86
- 大腿前外侧疼痛麻木有什么原因 / 86
- 腰椎退行性疾病的跛行与下肢血管病的跛行如何鉴别 / 87
- 腓总神经麻痹与腰突症的关系 / 87

## 腰椎退行性疾病的治疗

### 关于治疗的基本知识 / 89

- 治疗腰椎退行性疾病都有些什么方法 / 89
- 腰椎退行性疾病能否根治 / 91
- 腰椎间盘突出症为什么容易复发 / 91

### 腰椎退行性疾病的非手术治疗 / 92

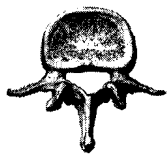
- 非手术治疗腰椎退行性疾病有些什么方法 / 92
- 哪些患者适合非手术治疗 / 93
- 卧床休息有治疗效果吗,有何注意点 / 94
- 什么是牵引疗法,其作用机制是什么 / 95
- 有哪些常用的牵引疗法 / 96
- 为什么有些患者不能够用牵引疗法 / 97
- 牵引常用的体位有哪些 / 97
- 牵引重量越大越好吗 / 97
- 牵引时间越长越好吗 / 98
- 腰椎牵引可以在家里做吗 / 98
- 家庭牵引疗法有哪些注意事项 / 98
- 牵引疗法有什么并发症吗 / 99
- 推拿、按摩疗法及其作用机制是什么 / 100
- 常用的推拿按摩手法有哪几种 / 100
- 腰突症急性发作的时候可以推拿吗 / 104
- 物理疗法及其作用机制是什么 / 105

- 常用的物理疗法有哪些 / 105
- 药物治疗的机制是什么 / 106
- 有哪些常用药物及其不良反应 / 106
- 局部封闭疗法及其作用机制是什么 / 107
- 哪些患者不能用局部封闭疗法 / 107
- 局部封闭疗法有什么不良反应 / 107
- 常用的局部封闭疗法有哪些 / 108
- 哪些中药可用于治疗腰椎退行性疾病 / 108
- 腰椎退行性疾病的保健操如何进行 / 108
- 针灸治疗腰椎退行性疾病如何进行 / 111

### 腰椎退行性疾病的手术治疗 / 112

- 哪些患者需要手术治疗 / 112
- 哪些患者不适合手术治疗 / 113
- 育龄妇女得了腰突症能手术吗 / 113
- 手术治疗的目的是什么 / 113
- 腰椎退行性疾病有哪些手术方法 / 114
- 为什么有的腰突症手术刀口在前面 / 115
- 腰椎退行性疾病住院手术一般流程如何 / 116
- 手术前患者要做哪些准备 / 117
- 为什么要贴个标签去拍片子 / 118
- 腰椎退行性疾病手术一般用什么麻醉方法 / 118
- 手术时采用什么体位 / 118
- 手术中可能产生哪些并发症 / 118
- 手术后可能产生哪些并发症 / 119
- 为什么部分患者手术以后要放引流管 / 120
- 手术后的几天里患者需要“趴着睡”吗 / 120
- 手术后几天患者可以下床行走、大小便 / 120
- 手术后要用些什么药 / 121
- 手术后患者必须要一动不动地在床上休息吗 / 121





- 为什么手术后要强调早期功能锻炼 / 121
- 手术后早期有哪些锻炼方法 / 121
- 手术后近期有哪些常见护理要点 / 123
- 手术后患者要不要佩戴腰围 / 123
- 手术后有哪些注意事项 / 124
- 手术后有什么饮食宜忌吗 / 125
- 患者出院后为什么需要定期找医师复查 / 125
- 手术后症状体征一定都消失吗 / 125
- 腰突症术后复发一定要再次手术吗 / 126
- 腰突症手术后新节段突出如何治疗 / 127
- 为什么有的患者要做第二次手术 / 127
- 腰突症的微创治疗有哪些 / 127
- 什么是显微腰椎间盘髓核摘除术 / 128
- 什么是内镜下腰椎间盘摘除术 / 128
- 什么是经皮髓核摘除,疗效如何 / 129
- 什么是髓核化学溶解疗法,它的作用机制是什么 / 129
- 哪些人适合髓核化学溶解疗法,哪些人不适合 / 130
- 腰突症手术摘除突出的髓核后对脊柱活动和稳定性有影响吗 / 130
- 哪些患者需要做脊柱融合手术 / 131
- 什么是脊柱融合手术,有什么优缺点 / 132
- 为什么脊柱融合手术需要内固定 / 133
- 为什么有时要在患者自己身上“取骨头” / 133
- 可以不取自己的骨头做脊柱融合术吗 / 134
- 腰椎退行性疾病必须要做融合内固定术吗 / 134
- 内固定的目的是什么 / 135
- 内固定需要取出吗 / 135
- 内固定断钉断棒的发生一定是质量问题吗 / 135
- 做完内固定后还能弯腰吗 / 136