

CCTV 中央电视台

健康之路

名家会诊

脊 椎 病



王岩 张永刚 杜宁 李飞跃 党建波 李庆丰 主讲

经典节目  
健康行动

随书赠送 2 张 VCD

现代出版社

CCTV中央电视台

# 健康之路

## 名家会诊

### 脊 椎 病

江苏工业学院图书馆

王岩 张永刚 杜宁 李飞跃 党建波 李庆丰 主讲

藏书章



现代出版社

---

**图书在版编目 (CIP) 数据**

名家会诊颈椎病/王岩主编.—北京:现代出版社, 2006.12  
(健康之路)

ISBN 7-80028-995-8

I. 颈… II. 健… III. 颈椎 — 颈椎病—诊疗  
IV.R681.5

**中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2006) 第 143569 号**

---

主 讲: 王 岩 张永刚 杜 宁 李飞跃 党建波 李庆丰

总 策 划: 吴江江

资料整理: 李冠群

责任编辑: 柴 萌

出版发行: 现代出版社

地 址: 北京市安定门外安华里 504 号

邮政编码: 100011

电 话: 010-64267325 010-64245264 (兼传真)

电子信箱: xiandai@cnpitc.com.cn

印 刷: 北京新华印刷厂

开 本: 850 × 1168 1/32

印 张: 9

版 次: 2006 年 12 月第 1 版 2006 年 12 月第 1 次印刷

印 数: 0001 ~ 10000 册

书 号: ISBN 7 - 80028 - 995 - 8

定 价: 22 元

---

**版权所有, 翻印必究; 未经许可, 不得转载**

## 《健康之路》丛书编委会

主 任: 尹 力 熊文平  
副 任: 魏淑青 段忠应 金 岩  
编 委: 吕 芸 侯 昊 解凡琪  
刘 萍 王志强 渠晓曦  
总 策 划: 解凡琪 刘 萍  
主 编: 王志强 渠晓曦  
编 辑: 姚 屹 胡晓梅 皆 莹 王淑阿  
严 玫 郑冰洁 袁满嘉

## 《健康之路》丛书光盘制作

出 品 人: 金 岩  
制 片 人: 段忠应  
出版策划: 解凡琪 刘 萍  
责任编辑: 渠晓曦

## 《健康之路》栏目主创人员

制 片 人: 段忠应  
主 编: 吕 芸  
编 导: 王洪有 修月川 李 颖 李 寒 晓 荣  
田丰歌 陈 波 纪 萌 李晔丽  
主 持 人: 经 蓓 冉宗瑜 张 毅 钱 婧  
摄 像: 盛宝强 戴尚亚 陈志博  
编辑助理: 王 群  
制 片: 李 柠 毛元朋  
制片主任: 曹广来

## 《健康之路》节目播出时间

直 播 版 (二套) 首播 周一至周五 10:08  
重播 周一至周五 6:00  
周 末 版 (一套) 周三 15:23



## 目 录

### 了解颈椎病的发病因素 科学诊治

|                   |    |
|-------------------|----|
| 专家忠告：(1) 颈椎病是怎么回事 | 11 |
| (2) 颈椎病的发病因素      | 22 |
| (3) 颈椎病的类型和症状     | 32 |
| (4) 颈椎病是易误诊的疾病    | 43 |
| (5) 颈椎病的就医指导      | 51 |
| (6) 颈椎病的预防        | 63 |
| (7) 颈椎病的非手术治疗     | 76 |
| (8) 颈椎病的手术治疗方法    | 86 |
| (9) 颈椎病的康复与保健     | 94 |

## 认识腰椎间盘突出病症 综合诊断

|                      |     |
|----------------------|-----|
| 专家忠告:(1)腰椎间盘突出症是怎么回事 | 110 |
| (2)腰椎间盘突出症的表现        | 124 |
| (3)腰椎间盘突出是怎么引起的      | 133 |
| (4)腰椎间盘突出症引起的腰腿痛     | 141 |
| (5)易与腰椎间盘突出症混淆的疾病    | 153 |
| (6)需要进行鉴别诊断的病症       | 165 |
| (7)腰椎管狭窄症与腰椎间盘突出症    | 172 |
| (8)腰椎间盘突出症的临床体征检查    | 182 |
| (9)腰椎间盘突出机械检查        | 192 |



## 治疗腰椎间盘突出病症 对症施法

- 专家忠告：(1)非手术治疗腰椎间盘突出症 206
- (2)推拿治疗腰椎间盘突出症 217
- (3)手术治疗腰椎间盘突出症的相关问题 227
- (4)两种介于手术和保守治疗之间的疗法 235
- (5)保持良好心态是最好的心理治疗 243
- (6)腰椎间盘突出症的分期与调养 252
- (7)腰椎间盘突出症的临床恢复 262
- (8)腰椎间盘突出症的康复治疗 276

健康

路





# 了解颈椎病的发病因素 科学诊治

中央电视台  
健康之路

## 主讲人

**王 岩：**主任医师，现任解放军总医院骨科主任、博士生导师，中华医学会显微外科学会副主任、中国脊柱脊髓损伤学会委员。他在骨科领域有很深造诣，特别对颈椎病、脊柱肿瘤、脊柱矫形以及人工关节置换等手术治疗方面经验丰富。

**张永刚：**医学博士，现任解放军总医院骨科副主任医师，硕士生导师。他长期从事脊柱外科临床及研究工作，在诊断治疗颈肩痛、腰腿痛、脊柱肿瘤、脊柱畸形等方面有丰富的临床经验，在国内外发表论文20余篇。



**主持人：**观众朋友们好，这里是《健康之路》直播现场，欢迎您收看并参与我们的节目。不久前我们收到一位吉林观众的来信，他在信中提了一个建议，他说我们的节目关于老年常见病介绍得比较多，比如说有关腰椎疾病的节目已经播过好几次了，但是像常见的颈椎病的内容却播得很少，他希望能我们在节目中介绍一下颈椎病治疗的知识。那么，应观众的要求，我们在今天的节目里就介绍一下颈椎病的手术治疗。说起颈椎病的手术治疗，可能很多人会有一种恐惧感，觉得这样的手术风险很大，难道颈椎病的手术治疗真的就这么可怕吗？我们今天聊一聊这方面的话题。我们请到的专家是解放军总医院骨科王岩主任和张永刚副主任，欢迎两位。

在今天的节目现场还有解放军总医院骨科的四位医生在接听我们的热线电话，如果您有关于骨科方面的问题，欢迎拨打电话。我们今天跟大家聊的颈椎病，可能很多人都有过患这种病的感受，但是他们的这些感受未必是很准确的，就是说没有

对这种疾病有一个很准确的、完整的认识，可能有人随时会说我这脖子的毛病又犯了，颈椎病又犯了，这样的认识可能就不太全面，是吗？

**王 岩：**我想先谈一谈颈椎病。颈椎病的症状并不包括所有的脖子疼痛，比如说脖子疼，或者脖子难受的症状，或者有的早晨起床脖子像扭伤似的，老百姓俗称落枕的情况，这些症状就不一定都是颈椎病。真正的颈椎病诊断或者定义，是以颈椎椎间盘变性、退变，引起继发性的一些症状，特别是压迫脊髓、神经或者周围的一些组织引起的一系列的症状和体征，这个叫颈椎病。

**主持人：**可能很多人平常感觉到的脖子不舒服，其实只是一些软组织方面的不适，而不是颈椎椎体的问题。

**王 岩：**我想请大家一起来看一个颈椎的模型，可能会对颈椎病有更深一步的了解。（读者





参见 VCD 光盘) 这个就是一个颈椎模型，这个头部，这是颈椎，头下面就是脊柱。那么对人来讲一般说叫脊椎，脊椎包括颈椎、胸椎、腰椎。这里我们谈颈椎。颈椎一共有 7 个椎体，颈 1、颈 2 一直到颈 7，那么在椎体之间的就是我们称之为的颈椎间盘，椎间盘。

**主持人：**相对透明的部分。

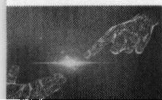
**王 岩：**是的，胸椎也有，腰椎也有，好，那么从他后面看，这是脖子，这是软组织，那么这个叫颈椎的棘突，棘突我们每个人都摸到，就是在脖子后面鼓起的部分。但并不是说这就是椎间盘，因为这是个误区，有人一按到这儿就说我摸到你的椎间盘了，这是不可能的。椎间盘应该是从这儿，是颈椎的后面，这是椎体，椎体是在前面，那么大家能看到这个中间的这个穿行部分就是脊髓，脊髓是从大脑传下来的，我们叫中枢神经系统，那么脊髓向外面分出来的部分叫颈神经，颈神经的神经根。

主持人：就是黄色的部分。

王 岩：对，这还有一个椎动脉，这红色的部分是椎动脉，实际上是从颈椎里的椎动脉孔里出来的。

主持人：椎动脉是给大脑供血的。

王 岩：对，它是供血的，往上供血。看这红色的部分一直到大脑，如果说压迫了椎动脉，就会引起大脑的椎基动脉供血不足，这也是常见的症状。如果椎间盘突出，可以从这里看，它往后突，压迫了脊髓，即常说的压迫脊髓型颈椎病。如果压迫了神经根，那会出现相应的神经根上肢串通，有的到大拇指，有的到小拇指，这是最先引起的症状。



## 专家忠告：

### 颈椎病是怎么回事

颈椎病虽是百姓们所熟知的病症，但很多人并不太清楚它究竟是什么样的病症。颈痛的原因很多，比如颈肩劳损、颈椎骨质增生症、颈椎小关节紊乱、颈椎的一些先天性畸形的症状表现等颈部疾患。而颈椎病涉及了骨骼、关节、肌肉、血管、神经等组织的病理变化。由于牵连了诸多组织的变化，颈椎病人会出现颈肩酸痛、活动不利，上肢放射性麻木、眩晕恶心呕吐、心慌出汗、下肢绵软、大小便失控甚至瘫痪等症状，所以又被称为颈椎综合征。主要为颈型、椎动脉型、神经根型、交感神经型、混合型和脊髓型。

颈椎病的形成有一个较长的生理、病理变化过程，其发病原理来自损伤学说、退行性变学说、骨代谢学说与颈椎生物力学的变化。X线、CT、核磁共振的影像学检测观察，反映了颈椎生理曲度的改变、骨质增生、椎间盘退变突出、椎体滑移、小关节错缝紊乱、椎间隙变窄、椎间孔狭窄等一系列生理、病理的改变。

更突出了颈椎病内在变化的复杂性。颈椎病的发生，有很宽的年龄段。自成年后到老年均可发病，随着年龄段的上升发病率愈高。据统计表明，30岁以内患过颈椎病的人为5%，40岁左右为25%，50岁左右为30%，70岁左右为80%。人群中的发病机会与职业有直接关系，被称为伏案办公人员与低头操作人员的职业病。

颈椎病的发生，尤其是近年来的发病趋势增高，给人以明显的感觉。医院的骨科门诊30%左右的患者是来看颈椎病的。众多的患者在为颈椎病造成的痛苦而苦恼。目前对颈椎病的防治已引起社会关注，成为人们谈论健康卫生知识的热门话题。

颈椎病的发生，很大因素来自于高科技的发展和生活饮食结构变化中的弊端。其更主要的是在不良因素下人们缺乏对颈椎保健知识和预防知识，使颈椎病在自然的工作生活中发生。20世纪50年代至70年代，人们工作操作处于机械化与半机械化，为体力与半体力劳动状态。工作使人的身体处于活动状态，尤其是头颈部在操作中富于动转与活动，使椎间关节基本处于平衡状态。80年代以后，科技飞速发展，高科技





设备进入了各种行业，设备运转形成电脑控制等，工作将人们固定在操作台前，成年累月长时间的低头操作与伏案工作，使颈椎的正常生理曲度受到影响，造成了颈椎生物力学的力点变化，颈肩肌肉、韧带发生劳损，造成了椎间关节内在平衡失调，关节紊乱错缝，椎体滑移等变化，导致了颈椎早期的退行性变。

从中国人的饮食结构来看，20世纪50年代、60年代，主食多数以粗粮豆类为主。粗粮中含有钙质较多、蔬菜、水果大多是无公害天然生产，含有大量的各种维生素物质，60年代末70年代初，人们的生活水平大大提高，细粮逐渐取代了粗粮，蔬菜、水果等从天然肥料转为化学肥料，降低了产品的营养价值，使人体的营养受到一定影响，加上中国人摄入奶类、肉类较少的饮食方式，使摄入的钙质不能满足人体需要，同时为满足体内各组织钙的需要，就必然动用骨骼中的钙进行补充，逐渐造成了骨质疏松与骨质缺钙，使骨骼早衰，发生退行性变。工作体位、饮食结构的变化使颈椎骨骼的生理受到一定影响，形成了颈椎病的发病因素，成为近年来颈椎病发病增多的主要原因。

颈椎病的发病是一个复杂的过程，涉及了人在生