

中国家庭自诊自疗自养

腰椎间盘突出症 防治法265



中国 80 余位医学专家全力撰写 · 全国 260 余家甲等医院联合推荐 · 面对医疗改革政策百姓急需

内蒙古科学技术出版社

中国家庭自诊自疗自养

腰椎间盘突出症 防治法 265

主编 李繁春

内蒙古科学技术出版社

《中国家庭自诊自疗自养》编委会

主 任:邱迎春 李繁春 李治罡

编 委:李良志 尹红兵 陈 亮 赵晓东

中国家庭自诊自疗自养

腰椎间盘突出症防治法 265

编 著 李繁春, 李良志 尹红兵 陈 亮

出版发行/内蒙古科学技术出版社

地 址 赤峰市红山区哈达街南一段4号

电 话/(0476)8224848 8231924

邮 编/024000

责任编辑/巴图

封面设计/刘宇

印 刷/喀左县印刷厂

开 本/850×1168 1/32

印 张/7.5

字 数/181千

印 数/1—5000册

版 次/1999年1月第1版

印 次/1999年1月第1版

ISBN 7-5380-0655-9/R·126

定价:12.80元

前 言

“有”与“无”是矛盾对立统一的一对。人们对“有啥别有病”这句口头禅，寄以最大的希望。要使希望变为现实，就得去防治疾病。防病也好，治病也罢，都得必须掌握这种疾病的知识。

腰椎间盘突出症这个病，在人群中发病率很高。得上了这个病，看跟好人一样，但很痛苦，影响学习，影响工作，治疗与巩固疗效时间都很长。千万预防别得病，得了病要乘轻治疗。

我是工作在西医、中医及中西医结合战线上近四十年的的一位临床医生，受有关部门之邀，编撰此书。希望你从中汲取知识，有痛苦时先自己对对号，然后去找医生，以免乱投医，无病先防，永远健康幸福。

编者

一九九九年元月

目 录

1. 何谓腰椎间盘突出症?	(1)
2. 何谓椎间盘突出症?	(1)
3. 什么是“腰突?”	(2)
4. 椎间盘为什么容易突出?	(2)
5. 成人脊柱结构如何?	(2)
6. 椎骨的形态、连结及作用如何?	(4)
7. 腰椎骨性结构什么样?	(5)
8. 腰 _{3,5} 横突特殊,有何临床意义?	(7)
9. 椎管的临床意义?	(7)
10. 椎侧隐窝的临床意义?	(7)
11. 椎椎间孔有什么东西通过?	(8)
12. 椎椎管的内容物有什么?	(8)
13. 脊髓的三层被膜是什么?	(8)
14. 何为根袖?	(10)
15. 什么叫蛛网膜下腔?	(10)
16. 齿状韧带有何作用?	(10)
17. 脊髓与脊柱是等长吗?	(10)
18. 为什么作腰穿时没有腰痛,而在腰椎间盘突出时有明显的腰背痛呢?	(12)
19. 什么是椎窦神经?	(12)
20. 脊神经根的组成如何?	(12)
21. 脊神经与脊髓被膜的关系如何?	(13)
22. 腰神经根与椎间孔的关系如何?	(14)
23. 腰椎间盘突出症主要累及的神经有哪些?	(15)
24. 股神经的分布如何?	(15)
25. 闭孔神经的分布如何?	(16)

-
26. 坐骨神经的分布如何? (17)
27. 腰骶神经根变异多见哪几种? (17)
28. 腰椎的韧带有哪些, 每个功能如何? (18)
29. 腰椎的动脉系统是如何构成的? (20)
30. 腰椎静脉系统是如何构成的? (22)
31. 腰椎血管的解剖特点有何临床意义? (23)
32. 椎间盘的结构如何, 它起什么作用? (24)
33. 纤维环的结构与生理功能是怎样的? (24)
34. 髓核的结构与生理功能是怎样的? (25)
35. 软骨板的结构与生理功能是怎样的? (25)
36. 哪些原因可造成腰椎间盘突出症? (26)
37. 体位对腰部负重有何影响? (28)
38. 直腰端坐不利于健康吗? (29)
39. 弯腰提重物时, 什么姿势最好? (29)
40. 哪些人易患腰椎间盘突出症? (30)
41. 髓核多向什么方向突出? (30)
42. 腰椎间盘突出症为什么会致腰腿痛? (32)
43. 腰椎间盘突出症为什么会致脊柱发生侧弯? (33)
44. 腰椎间盘突出症患者为什么会出现腿脚麻木感? (35)
45. 腰椎间盘突出症患者可在身体哪些部位找到压痛点? ...
..... (36)
46. 为什么有些腰椎间盘突出症患者腰部反而不痛? ... (36)
47. 什么是坐骨神经性脊柱侧弯? (37)
48. 什么是直腿抬高试验, 它有何意义? (38)
49. 屈颈试验有何意义? (39)
50. 足背屈试验是怎么回事? (40)
51. 什么是膝腱反射, 腰椎间盘突出症膝腱反射有何变化? ...
..... (41)

52. 什么是跟腱反射, 腰椎间盘突出症患者的跟腱反射有何变化? (42)
53. 腰椎间盘突出症患者为何跣趾背伸无力? (42)
54. 腰椎间盘突出症会引起瘫痪吗? (43)
55. 腰椎间盘突出症为什么会使大小便改变? (44)
56. 什么是高位腰椎间盘突出症, 表现如何? (45)
57. 腰椎间盘与邻近重要组织结构关系如何? (46)
58. 为什么说腰_{4,5}及腰₅骶₁是躯干受力最大的部位? (46)
59. 腰椎活动的动力结构有哪些肌肉? (47)
60. 腰椎间盘的营养如何获得供应? (47)
61. 影响椎间盘营养主要有哪些因素? (48)
62. 中医对腰椎间盘突出症的认识怎样? (49)
63. 中医对腰腿痛的病因是怎样认识的? (50)
64. 腰腿痛和经络是什么关系? (51)
65. 腰椎间盘突出症好发于什么位置? (53)
66. 可以诱发腰椎间盘突出症的因素有哪些? (53)
67. 什么是腰椎间盘的生理退变? (54)
68. 腰椎间盘突出症会产生哪些病理变化? (55)
69. 腰椎间盘发生退变时, 其周围组织是如何变化的? (55)
70. 腰椎间盘是以哪几个方式突出的? (56)
71. 在病理上腰椎间盘突出症是如何分型的? (56)
72. 腰椎间盘是向什么方向突出的? (56)
73. 突出后的腰椎间盘还会复位吗? (57)
74. 长期突出的腰椎间盘会发生什么变化呢? (57)
75. 什么是休默氏结节? (57)
76. 突出的腰椎间盘除了会刺激神经根, 还会侵犯其它组织而

- 引起症状吗? (58)
77. 突出的腰椎间盘突出是如何影响神经根的? (58)
78. 受压的神经根会受到什么损害呢? (58)
79. 腰椎椎体边缘的骨质增生和腰椎生理前凸的变化是怎么回事? (59)
80. 腰痛常见哪些病? (59)
81. 腿痛常见哪些病? (60)
82. 雨季腰腿痛症状能加重, 这是为什么? (63)
83. 肝肾亏虚与腰腿痛有关吗? (63)
84. 中医如何认识外伤引发的腰腿痛? (64)
85. 中医的腰腿痛临床分型的特点是什么? (64)
86. 小便经常失禁, 并伴有左脚水肿, 为什么医院诊断为腰椎间盘突出症? (65)
87. 如何从腰痛的程度判断纤维环的完整性? (65)
88. 为什么患有腰椎间盘突出症的病人走路时十分困难, 但却能骑自行车? (65)
89. 某人去年患腰椎间盘突出症, 近来发现左下肢肌肉萎缩, 说明了什么? (66)
90. 肌肉力量检查是如何做的, 可分为几级? (66)
91. 患者自诉左小腿外侧麻木, 但是用针刺检查时其痛觉与健侧相同, 这是什么原因? (67)
92. 如何对腰腿痛患者进行全面检查? (67)
93. 腰腿痛患者的定位检查及坐位体检有何意义? (67)
94. 腰腿痛患者的俯卧位体检及仰卧位体检有何意义? (68)
95. 仰卧挺腹试验怎么作, 有什么临床意义呢? (69)
96. 髌髁屈曲试验有什么临床意义? (69)
97. 什么是纳夫齐格尔氏征? (70)

-
98. 什么是腓神经压迫试验? (70)
99. 如何检查因骶髂关节疾病引起的腰腿痛? (71)
100. 梨状肌紧张试验的临床意义是什么? (72)
101. 腰腿痛患者的感觉检查是怎么进行的? (72)
102. 腰椎间盘突出症患者的肌力检查有什么特点? (73)
103. 腰椎间盘突出症的影像学检查分为哪几类? (74)
104. 腰椎间盘突出症患者的腰椎正位片会有哪些病理反应?
..... (75)
105. 腰椎间盘突出症患者的腰椎侧位片会有哪些病理表现?
..... (76)
106. 如何作脊髓碘油造影? (77)
107. 脊髓碘油造影的失败原因和并发症都有哪些? (78)
108. 脊髓碘水造影的特点是什么? (79)
109. 什么是空气造影法? (79)
110. 腰椎间盘突出症患者在作碘水造影时会有哪些病理反映?
..... (80)
111. 什么是髓核造影术及适应症? (81)
112. 腰椎间盘突出症患者在行髓核造影时会有哪些影像学反映?
..... (82)
113. 髓核造影有什么不足之处? (83)
114. 在 X 线片上如何测定腰椎管的管径? (83)
115. 如何通过临床检查来确定腰椎间盘突出症的发病节段?
..... (84)
116. 脑脊液检查对于腰椎间盘突出症患者有什么临床意义?
..... (85)
117. 如何分析腰穿结果? (86)
118. 什么是肌电图检查? (86)
119. 如何作肌电图检查? (87)

-
120. 如何看肌电图? (88)
121. 超声波诊断对腰椎间盘突出症患者有什么意义?
..... (89)
122. 同位素检查对于腰椎间盘突出症有什么意义? (90)
123. 腰部热象图对诊断腰椎间盘突出症有帮助吗? (90)
124. 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作用? (91)
125. 什么是断层摄影检查? (92)
126. CT 检查有哪些优缺点? (92)
127. 正常的腰椎 CT 片应看到哪些结构, 它们之间的关系又是怎样的? (93)
128. 腰椎间盘突出症患者的 CT 片上会有什么病变征象? ...
..... (93)
129. 对于诊断腰椎间盘突出症, CT 扫描和脊髓造影哪项检查更为准确? (94)
130. 什么是核磁共振? (94)
131. 核磁共振检查都适用—哪些脊柱疾病呢? (95)
132. 正常腰椎的核磁共振影像是怎样的? (95)
133. 腰椎间盘突出症患者的核磁共振影像有什么特点?
..... (96)
134. 诊断腰椎间盘突出症的条件有哪些? (97)
135. 为什么腰椎间盘突出症病人的症征各不一样? ... (100)
136. 什么是腰椎管狭窄症? 与腰椎间盘突出症如何鉴别? ...
..... (101)
137. 急性腰扭伤有什么表现? (103)
138. 急性腰扭伤常见的有哪几种类型? (104)
139. 棘上韧带损伤怎样确诊? (105)
140. 棘间韧带损伤有什么症状? (106)

141. 引起慢性腰肌劳损的原因是什么? (107)
142. 何为腰背部筋膜纤维质炎? (108)
143. 骶髂关节损伤为什么容易和腰椎间盘突出症混淆?
..... (110)
144. 梨状肌综合征与腰椎间盘突出症如何相鉴别? ... (110)
145. 腰椎后关节紊乱症引起的腰背痛有什么特点? ... (111)
146. 强直性脊柱炎和类风湿性关节炎怎样进行鉴别诊断? ...
..... (112)
147. 何谓第三腰椎横突综合征? (116)
148. 腰椎长骨刺就可以诊断为腰椎增生性脊柱炎吗?
..... (117)
149. 腰椎增生性脊柱炎有什么临床表现? (118)
150. 何谓隐性脊柱裂? (119)
151. 先天性水平骶椎也会引起症状吗? (120)
152. 什么是腰椎骶化, 它与腰椎间盘突出症有何不同?
..... (121)
153. 什么叫假性腰椎滑脱? (121)
154. 什么叫真性腰椎滑脱? (122)
155. 从 X 线片上如何区分真、假性腰椎滑脱? (124)
156. 真性腰椎滑脱在 X 线片上有什么表现? (125)
157. 为什么腰椎结核也能引起腰腿痛? (127)
158. 骨质疏松症引起的腰痛与腰椎间盘突出症所致的腰痛有何区别? (128)
159. 什么是坐骨神经痛, 它与腰椎间盘突出症有何关系? ...
..... (130)
160. 为什么老年人的腰腿痛很少是腰椎间盘突出症所致? ...
..... (131)
161. 老年人为什么容易得腰腿痛? (132)

-
162. 什么叫牵扯性腰痛? 哪些内脏疾病可引起腰痛? (133)
163. 妇科疾病所致的下腰痛有什么特点? (134)
164. 内脏疾病所致的腰痛与其它腰痛有何区别? (135)
165. 不同人群下腰痛的种类有何不同? (136)
166. 腰椎间盘突出症的治疗方法有哪些? (137)
167. 哪些患者可选用非手术方法治疗腰椎间盘突出症? (138)
168. 那些患者需用手术方法治疗腰椎间盘突出症? ... (138)
169. 牵引方法治疗腰椎间盘突出症的机理是什么? ... (139)
170. 骨盆持续牵引法是如何治疗腰椎间盘突出症的? (140)
171. 大力水平短暂牵引法是如何治疗腰椎间盘突出症的? ... (140)
172. 机械牵引如何治疗腰椎间盘突出症? (140)
173. 腰椎间盘突出症患者如何在家里开展牵引疗法? 它的注意事项是什么? (141)
174. 哪些患者不适宜采用牵引方法治疗? (142)
175. 理疗治疗腰椎间盘突出症的机理是什么? (143)
176. 电疗法是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (143)
177. 药物离子导入法治疗腰椎间盘突出症可选用哪些药物? (144)
178. 光疗法是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (145)
179. 超声波是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (145)
180. 蜡疗是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (146)
181. 磁疗是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (146)
182. 矿泉疗法是怎样治疗腰椎间盘突出症的? (147)

183. 腰椎间盘突出症患者进行理疗应注意哪些问题? (147)
184. 针灸治疗腰椎间盘突出症的机理是什么? (147)
185. 针灸如何治疗气滞血瘀型腰痛? (148)
186. 针灸如何治疗寒湿腰痛? (148)
187. 针灸如何治疗肾虚腰痛? (149)
188. 耳针治疗腰椎间盘突出症的机理是什么? (149)
189. 怎样用耳针治疗腰椎间盘突出症? (151)
190. 哪些患者不宜采用耳针治疗? (151)
191. 头皮针疗法怎样治疗腰椎间盘突出症? (152)
192. 电针疗法怎样治疗腰椎间盘突出症? (152)
193. 水针疗法怎样治疗腰椎间盘突出症? (153)
194. 灸法怎样治疗腰椎间盘突出症? (153)
195. 拔火罐能否治疗腰椎间盘突出症? (154)
196. 推拿手法为什么能治疗腰椎间盘突出症? (154)
197. 治疗腰椎间盘突出症的手法有哪些? (155)
198. 如何应用麻醉下推拿手法治疗腰椎间盘突出症? (160)
199. 足部按摩能否治疗腰椎间盘突出症? (160)
200. 何谓硬膜外腔注药配合两步六法治疗腰椎间盘突出症? (161)
201. 腰椎间盘突出症新疗法的希望在哪里? (163)
202. 非手术疗法治疗不同病程的腰椎间盘突出症应注意什么? (164)
203. 非手术疗法治疗腰椎间盘突出症的意义何在? ... (165)
204. 腰椎间盘突出症患者有哪些自我保健练功法? ... (166)
205. 防治腰椎间盘突出症有秘诀吗? (169)
206. 腰椎间盘突出症能否根治? (170)

207. 腰椎软骨板破裂症如何治疗? (171)
208. 中药外治法如何治疗腰椎间盘突出症? (172)
209. 治疗腰椎间盘突出症如何选用中药? (173)
210. 中药如何治疗气滞血瘀型腰痛? (175)
211. 中药如何治疗风寒湿型腰痛? (175)
212. 中药如何治疗肾虚型腰痛? (175)
213. 什么是腰椎间盘突出症的骶疗? (176)
214. 什么是腰椎间盘突出症的髓核化学溶解疗法? ... (176)
215. 什么样的患者可采用髓核化学溶解方法进行治疗?
..... (177)
216. 髓核化学溶解疗法治疗腰椎间盘突出症有哪些并发症?
..... (178)
217. 腰椎间盘突出症的硬膜外封闭疗法是怎么回事?
..... (179)
218. 硬膜外封闭疗法应如何进行? (179)
219. 腰椎间盘突出症手术的目的是什么? (180)
220. 腰椎间盘突出症手术前应做哪些准备? (180)
221. 腰椎间盘突出症手术应如何定位? (181)
222. 腰椎间盘突出症的“后路”手术是怎么回事? (182)
223. 腰椎间盘突出症手术中所谓“开窗”是怎么回事?
..... (183)
224. 腰椎间盘突出症的“前路”手术是怎么回事? (184)
225. “前路”手术有哪些特点? (185)
226. 中央型腰椎间盘突出症的手术如何进行? (185)
227. 腰椎间盘突出症的手术可能出现哪些并发症? ... (186)
228. 椎间隙感染的主要临床表现和治疗方法是什么?
..... (187)
229. 如何避免腰椎间盘突出术中的神经损伤? (188)

230. 如何发现和处理腰椎间盘突出术中的血管损伤? (189)
231. 腰椎间盘突出症的手术中是否须作脊椎融合? ... (190)
232. 为什么有些腰椎间盘突出症的患者需进行第二次手术? (191)
233. 经皮穿刺腰椎间盘突出术是怎么回事? (192)
234. 腰椎间盘突出症合并其它腰部疾患手术中应如何处理? (192)
235. 腰椎间盘突出症手术后还有哪些治疗计划? (193)
236. 治疗腰椎间盘突出症, 如何选用西药? (194)
237. 推拿手法治疗腰椎间盘突出症时采用哪些介质? (195)
238. 药膳对治疗腰椎间盘突出症有什么作用? (196)
239. 卧床休息能否治疗腰椎间盘突出症? (196)
240. 卧床休息治疗腰椎间盘突出症应注意些什么? ... (197)
241. 腰围对腰椎间盘突出症患者有什么作用? 使用腰围应注意些什么? (198)
242. 为什么腰椎间盘突出症容易复发? 如何预防? ... (199)
243. 为什么腰椎间盘突出症病人必须睡硬板床? (200)
244. 腰椎间盘突出症病人应采取什么样的站立姿势最好? ... (201)
245. 什么样的坐姿对于腰椎间盘突出症患者最适宜? (202)
246. 坐具与腰椎间盘突出症有关系吗? (203)
247. 什么样的行走姿势为好? (204)
248. 枕头与腰椎间盘突出症有关系吗? (205)
249. 什么样的睡眠姿势比较合理? (206)
250. 为什么洗漱姿势不当能诱发腰椎间盘突出症? ... (207)

-
251. 弯腰提取和搬运重物时采用什么姿势最好? (208)
252. 作家务活时如何减轻腰部的负担? (208)
253. 看电视时, 如何避免诱发腰椎间盘突出症? (209)
254. 腰椎间盘突出症不宜穿高跟鞋? (210)
255. 国家公务员如何预防腰椎间盘突出症? (211)
256. 汽车司机如何预防腰椎间盘突出症? (212)
257. 在体育运动中, 为什么易发生腰椎间盘突出症? 如何避免? (213)
258. 患了腰椎间盘突出症病人就不能进行体育运动吗?
..... (214)
259. 功能锻炼在腰椎间盘突出症的防治中起什么作用?
..... (215)
260. 练功疗法在防治腰椎间盘突出症有何优点? (216)
261. 如何科学地开展功能锻炼? (216)
262. 国家公务员如何做预防腰椎间盘突出症的保健体操? ...
..... (218)
263. 腰椎间盘突出症患者外出时应在护理上注意什么?
..... (219)
264. 腰椎间盘突出症患者如何在旅途中做腰部保健操?
..... (219)
265. 使用腰围能避免腰椎间盘突出症复发吗? (221)

1. 何谓腰椎间盘突出症?

腰椎间盘突出症是椎间盘在退变和外伤后破裂出槽,破裂出槽的突出物机械刺激神经和硬膜囊,以及病损产生的化学物质炎性刺激神经根和硬膜囊,而导致一系列的临床症状和特有体征。

主要症状为下腰痛伴下肢放射痛;主要体征为腰椎侧弯,腰部活动受限,患椎棘旁压痛且有放射,直腿抬高试验阳性及其他变化等。

2. 何谓椎间盘突出症?

椎间盘为联结各椎体之椎间关节,自颈₂至骶₁,每二个椎骨间均有一个椎间盘,总数为23个,约占脊椎全长的1/4。椎间盘较厚,其总厚度为椎体高度的30~36%。各椎间盘由纤维环、髓核及软骨板构成。颈椎骨间有颈椎间盘,胸椎骨间有胸椎间盘,腰椎骨间有腰椎间盘。随着年龄的增长,椎间盘出现生理性退化改变。当椎体受到外力冲击,退化的纤维板层也可部分地呈环形或辐射形断裂(表浅板层可仍保持完整),髓核即可由裂缝中突出(但尚被未断裂之表浅纤维环板层所包绕),呈一丘状突起。如纤维环后侧完全破裂,髓核可部分突入椎管中,因含液体较多,多被吸收。如纤维环部分地被撕裂,碎片可脱落至椎管。如纤维环突向椎管或纤维环碎片落入椎管,均可压迫刺激脊神经根及硬膜囊,同时病变产生的化学物质,也同样地对硬膜囊及神经根产生刺激,因而产生根性痛,称为椎间盘纤维环破裂症。在治疗方法上可分保守疗法及手术疗法两种,前者包括手法治疗、中西药物治疗及其它疗法。