

腰椎间盘突出症图解问答摇摇摇

王海泉
主编摇庄建光
隋广馨

中国医药科技出版社

需要全本请访问 www.ertongbo

登记证号：（京）园缘号

内 容 提 要

摇摇本书从腰椎间盘的解剖、生理、病理等基础知识出发，以问答的形式，系统介绍了腰椎间盘突出症的临床表现、诊断与鉴别诊断，以及治疗方药方法与预防措施，并且附以图解，全书内容丰富，文图并茂，深入浅出，通俗易懂，所介绍的腰椎间盘突出症防治方法实用有效且易于掌握。本书适合于医药爱好者、腰椎间盘突出症患者及其家属阅读参考。

摇图书在版编目（悦阝琛）数据

摇腰椎间盘突出症图解问答 辖王海泉，庄建光，隋广馨主编 郾—北京：中国医药科技出版社，圆摇摇摇远

摇隋…Ⅱ.①王…②庄…③隋…Ⅲ.腰椎 原椎间盘突出 原诊疗 原问答Ⅳ.郾阿遥遥遥原原

摇摇摇中国版本图书馆 悦阝琛数据核字（圆摇摇摇）第 园摇摇摇摇号

中国医药科技出版社摇出版
（北京市海淀区文慧园北路甲 圆园号）
（邮政编码摇员摇摇摇）
本 社 激 光 照 排 室摇排版
北京昌平精工印刷厂摇印刷
全 国 各 地 新 华 书 店摇经销
*
开本 苑园园×员怨猿辕猿圆摇印张 缘辕猿
字数 员缘千字摇摇印数 员—源摇摇摇
摇摇摇年 远月第 员版摇摇摇年 远月第 员次印刷摇
定价：怨摇摇元

本社图书如存在印装质量问题，请与本社联系调换

主摇编摇王海泉摇庄建光摇隋广馨

副主编摇王摇强摇王庆华摇耿摇晖

编摇委摇王摇强摇王庆华摇王海泉

摇摇摇摇庄建光摇耿摇晖摇隋广馨

绘摇图摇刘摇强摇宋文君摇钟摇鹏

目录

1. 什么是腰椎间盘突出症？ 辑员
2. 腰椎的解剖结构是怎样的？ 辑源
3. 腰椎的生物力学特点有哪些？ 辑缘
4. 腰椎的正常活动范围有多大？ 辑远
5. 什么是腰椎间盘？基本结构如何？ 辑苑
6. 腰椎间盘有何功能？ 辑怨
7. 腰椎间盘是怎样发生病理变化的？ 辑耘
8. 腰椎间盘都发生哪些病理变化？ 辑员员
9. 腰椎间盘突出症主要危及哪些神经？ 辑员员
10. 腰椎间孔与神经根的关系如何？ 辑员猿
11. 带动腰椎运动的肌肉有哪些？ 辑员源
12. 为什么会出现代偿性脊柱侧弯？ 辑员远
13. 腰椎常见的发育变异有几种？这些变异对腰椎的功能有什么影响？ 辑员苑
14. 腰椎间盘突出症发病的原因是什么？ 辑员耘

15. 腰椎间盘突出症发病前有哪些征兆？ 辖圆
16. 患者如何发现自己可能患有腰椎间盘突出症？ 辖蒙
17. 腰椎间盘突出症常见的临床表现有哪些？ 辖蒙
18. 腰椎间盘突出症患者需要做哪些检查？ 辖缘
19. 腰椎间盘突出症患者应怎样配合医生做好检查？ 辖愿
20. 腰椎间盘突出症应与哪些腰痛病相鉴别？ 辖圆
21. 腰椎间盘突出症好发于哪些人？ 辖圆
22. 为什么不干体力活也会患腰椎间盘突出症？ 辖蒙
23. 有颈椎间盘突出症的患者易得腰椎间盘突出症吗？ 辖源
24. 腰椎间盘突出症为什么好发于腰$_{4\sim5}$椎间盘？ 辖缘
25. 腰椎间盘突出症能遗传吗？ 辖缘
26. 腰椎间盘突出症为什么会出现下肢麻木和发凉的感觉？ 辖蒽
27. 直腿抬高试验对诊断腰椎间盘突出症有什么意义？ 辖蒽
28. 踒趾背伸、背屈试验对诊断腰椎间盘突出症有什么意义？ 辖愿
29. 腰椎间盘突出症能导致瘫痪吗？ 辖懑
30. 长期突出的腰椎间盘会发生什么变化？ 辖懑
31. 中医学怎样认识腰椎间盘突出症？ 辖圆
32. 腰椎间盘突出症在病理上可分为哪几种类型？ 辖圆
33. 腰椎间盘可向什么方向突出的？ 辖蒽

需要上本请访问 www.ertongbo

34. 腰椎的正常 载线片表现如何？ 辖源
35. 怎样通过腰椎 载线平片诊断腰椎间盘突出症？ 辖豫
36. 腰椎间盘突出症在 忱栽上可见哪些表现？ 辖厕
37. 腰椎间盘突出症在磁共振（酝砸陨如何诊断？ 辖苑
38. 肌电图检查对腰椎间盘突出症的诊断有什么帮助？ 辖愿
39. 什么是许莫式结节？ 辖愍
40. 腰椎退行性变（腰椎增生）与腰椎间盘突出症的关系怎样？ 辖愍
41. 腰骶部移行脊椎与腰椎间盘突出症有什么关系？ 辖藐
42. 什么是腰椎椎管狭窄症？与腰椎间盘突出症有何关系？ 辖豫
43. 骶髂关节病变引起的疼痛与腰椎间盘突出症有什么不同？ 辖猡
44. 什么是梨状肌综合征？与腰椎间盘突出症有什么关系？ 辖簇
45. 腰肌扭伤会引起腰椎间盘突出症吗？ 辖源
46. 什么是腰椎后关节紊乱？与腰椎间盘突出症有什么关系？ 辖藐
47. 什么是第三腰椎横突综合征？与腰椎间盘突出症有什么关系？ 辖苑
48. 什么是椎弓崩解和腰椎滑脱？与腰椎间盘突出症有什么关系？ 辖愍
49. 什么是脊柱隐裂？与腰椎间盘突出症有关系

吗？辕页
50. 什么是腰背部肌筋膜炎？与腰椎间盘突出症有什么关系？辕猿
51. 什么是强直性脊柱炎？与腰椎间盘突出症有什么关系？辕源
52. 骨质疏松是怎样形成的？与腰椎间盘突出症有什么关系？辕远
53. 什么是臀上皮神经损伤？辕苑
54. 腰椎间盘突出症与内脏疾病引起的牵扯性疼痛有什么不同？辕愿
55. 妇科疾患所致的下腰痛与其他腰痛有何区别？辕怨
56. 为什么有的中学生也会患腰椎间盘突出症？辕园
57. 腰椎间盘突出症有哪些治疗方法？辕员
58. 腰椎间盘突出症的治疗原则是什么？辕猿
59. 卧床休息对腰椎间盘突出症患者有什么重要意义？辕缘
60. 腰椎间盘突出症患者在卧床休息期间应注意什么？辕缘
61. 腰椎间盘突出症患者如何下床？辕苑
62. 腰椎间盘突出症患者使用腰围的目的是什么？怎样制作与佩戴？辕愿
63. 腰围佩戴多长时间合适？辕怨
64. 推拿手法的定义及技术要求是什么？辕员园
65. 推拿手法治疗腰椎间盘突出症的机制是什么？辕员员
66. 腰椎间盘突出症患者可用哪些推拿手法？辕员园

67. 腰椎间盘突出症可用哪些整复手法？
68. 腰椎间盘突出症患者怎样自我推拿治疗？
69. 患者家属怎样用推拿手法减轻患者的痛苦？
70. 腰椎间盘突出症患者怎样采用针灸治疗？
71. 针灸治疗腰椎间盘突出症常用哪些穴位？
72. 怎样用火罐疗法治疗腰椎间盘突出症？
73. 腰椎间盘突出症患者怎样采用艾灸治疗？
74. 怎样用骶管注射疗法治疗腰椎间盘突出症
75. 牵引疗法治疗腰椎间盘突出症的主要机制是什么？
76. 腰椎间盘突出症的牵引方式有哪些？
77. 应怎样看待广告宣传所说的‘一秒钟治愈”？
78. 牵引疗法对身体有害吗？
79. 牵引疗法应注意什么？
80. 在家中如何实施砝码牵引？
81. 怎样开展家庭徒手牵引疗法？
82. 什么是腰椎间盘突出症的牵拉颤腰整复法？
83. 什么是俯卧单腿牵引法？怎样实施？
84. 什么是俯卧双腿牵引法？怎样操作？
85. 现在临床上应用的牵引床有哪几种？
86. 快慢牵引整复法是怎样实现的？
87. 快慢牵引整复法为什么能有效地治愈腰椎间盘突出症？
88. 哪些患者不宜做快慢牵引整复法治疗？

89. 什么是腰椎旋转复位法？怎样操作？ 摇■89
90. 什么是腰椎间盘突出症的髓核化学溶解疗法？怎样具体操作？ 摇■90
91. 如何选用外用中药治疗腰椎间盘突出症？ 摇■91
92. 治疗腰椎间盘突出症有哪些偏方？ 摇■92
93. 腰椎间盘突出症患者可内服哪些药物？ 摇■93
94. 腰椎间盘突出症静脉给药可选用哪些药物？其意义是什么？ 摇■94
95. 腰椎间盘突出症怎样选择理疗方法？ 摇■95
96. 腰椎间盘突出症怎样选择局部封闭疗法？有哪些注意点？ 摇■96
97. 硬膜外注射治疗腰椎间盘突出症有什么优点和作用？怎样操作？有哪些配方？ 摇■97
98. 什么情况下腰椎间盘突出症需要手术治疗？其适应症有哪些？ 摇■98
99. 腰椎间盘突出症治疗的预后如何？ 摇■99
100. 腰椎间盘突出症患者怎样评价治疗的效果？ 摇■99
101. 腰椎间盘突出症能彻底根治吗？ 摇■100
102. 未来怎样治疗腰椎间盘突出症？ 摇■100
103. 怎样通过医疗体育来治疗和预防腰椎间盘突出症？ 摇■100
104. 倒着走能治疗腰椎间盘突出症吗？ 摇■100
105. 日常生活中怎样保护腰椎？ 摇■101
106. 腰椎间盘突出症患者临床治愈后可以参加哪些体育运动？哪些不能参加？ 摇■101

107. 腰椎间盘突出症的患者如何进行饮食调养？ 辑录源
108. 日常生活中锻炼腰部肌肉的方法有哪些？ 辑录缘
109. 办公室工作人员怎样预防腰椎间盘突出症？ 辑录苑
110. 孕产妇如何预防腰痛和腰椎间盘突出症？ 辑录愿
111. 老年人如何预防腰椎间盘突出症？ 辑录园
112. 司机如何预防腰椎间盘突出症？ 辑录员
113. 搬重物时怎样避免诱发腰椎间盘突出症？ 辑录圆
114. 性生活不当也可以引起腰椎间盘突出症吗？ 辑录缘
115. 对腰椎间盘突出症患者的几点特别忠告！ 辑录远

1. 什么是腰椎间盘突出症？

在 20 世纪，人们已认识坐骨神经痛和腰腿痛，这时从解剖学上虽然已经了解了椎间盘组织的存在，但并没有意识到腰腿痛症状是由椎间盘突出引起的。后来人们认为坐骨神经痛的根源在腰椎椎管内的病变，突出的椎间盘被当作椎管内肿瘤切除后，坐骨神经痛的症状就会减轻或消失。直到 1928 年，美国青年医生巴尔在观察 6 例“ 椎管内肿瘤 ”的病理切片时发现有软骨细胞，进一步观察发现，其他“ 椎管内肿瘤 ”大部分不是肿瘤，而是突出的腰椎间盘，由此提出了腰椎间盘突出是腰痛和坐骨神经痛的主要原因。我国已故天津医院骨科主任、骨科奠基人之一方先之教授于 1934 年开始开展腰椎间盘突出症手术治疗，并对该病作了详尽的

需要全本请访问 www.ertongbo

介绍。



图员

腰椎间盘突出症是临床上常见的腰部疾患之一，在人群中的发病率约为员猿圆豫。其发病主要是因为腰椎间盘各部分，尤其是髓核有不同程度的退行性改变，在各种外力的作用下，椎间盘的纤维环破裂，髓核组织从破裂处突出，使相邻的神经根、脊髓等遭受刺激或压迫，从而产生腰痛、一侧或双侧下肢疼痛、麻木等症状。（图员

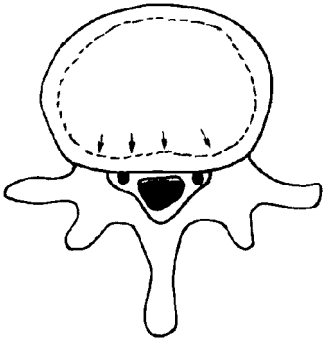
腰椎间盘突出症的发生，可归结为内在与外在两种因素的共同作用，内在因素是腰椎间盘的退变，外在因素主要是外伤、劳损等，其主要的病理变化是纤维环的破裂和髓核突出，由此产生化学性的刺激和物理压迫。

腰椎间盘突出症从程度上可分为以下猿种。

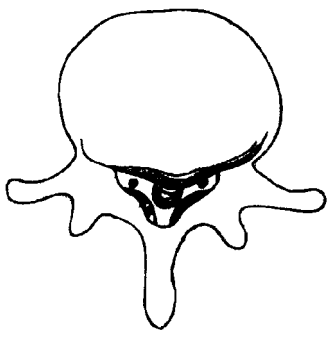
（员 膨出摇髓核未突破纤维环，纤维环整体移位后压迫相邻组织。此型最轻，最易于恢复。（图圆

（圆 突出摇髓核突破纤维环，刺激、压迫周围组织，未突入椎管内。此型最常见，一般保守治疗能够恢复。（图猿

（猿 脱出摇突出的髓核进入椎管内。此型较少见，保

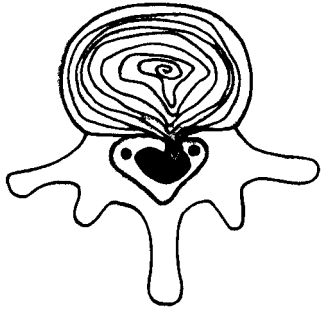


图圆



图猿

守治疗困难，在保守治疗无效的情况下宜尽早手术治疗。(图源



图源

根据髓核突出的方向可分为以下猿型。

(员 单侧型摇产生单侧下肢症状，此型最为多见。

(圆 双侧型摇出现双侧下肢症状。

(猿 中央型摇可压迫马尾神经，出现会阴部麻痹及大小便障碍等症状。

腰椎间盘突出后可继发腰椎生理曲度变直、后凸、侧弯、椎间隙变窄、椎体边缘骨质增生、椎管狭窄等一系列改变。由于腰椎生理平衡的破坏，还可引起腰部周围软组织的损伤，如棘间韧带损伤、臀上皮神经损伤、梨状肌综合征、

骶髂关节损伤等病变，使许多患者反复发作，迁延不愈，给患者带来极大的痛苦。

2. 腰椎的解剖结构是怎样的？

腰椎位于身体的中段，上连胸椎，下连骶椎，共有 缘个。每一个腰椎都由椎体、椎弓、关节突、棘突、横突组成。（图 缘远

椎体与椎体之间有扁圆形的椎间盘相连，棘突、横突及上、下关节突都是肌肉、韧带的附着部位，并由此连接上下腰椎。椎孔由椎体后方和椎弓共同形成。全部椎

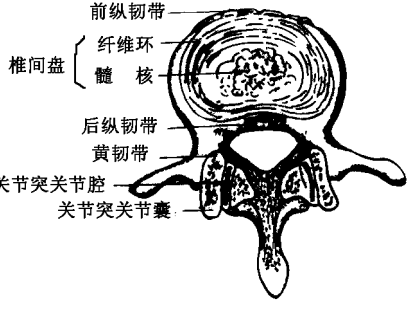


图 缘

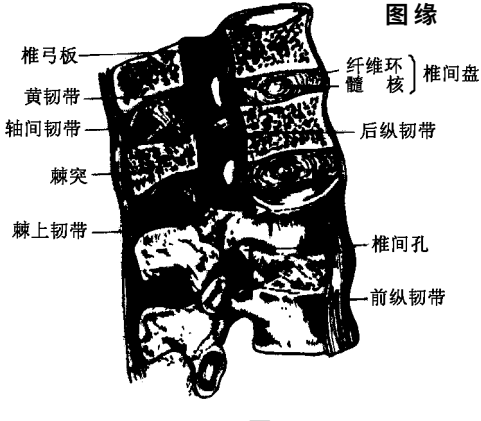


图 远

孔借韧带等组织相连组成椎管，椎管内有脊髓、马尾，由脊髓分出的脊神经通过椎弓根之间的椎间孔出椎管。

腰椎的前面为前纵韧带，是人体最长的韧带，较宽，非常坚韧，不易发生断裂，紧密地包围着整个腰椎的前面，所以椎间盘不易突出。位于腰椎体后侧椎管前壁的后纵韧带与前纵韧带比较起来则比较薄弱、狭窄，不能完全包裹椎体的后部和椎间盘，在腰骶部位更为狭窄，其纤维呈齿状，因此当椎间盘受到异常外力引起突出时，常发生于后外侧而压迫神经根，引起下肢放射疼痛。

在椎管的侧壁上有起连接作用的黄韧带，黄韧带肥厚常是椎管狭窄的一个重要原因。

腰椎在发育过程中容易形成畸形，如骶椎隐裂、骶椎腰化、腰椎骶化、椎弓崩解等，这些都可以影响腰椎的稳定性，在诱发条件下发生腰部疼痛、下肢疼痛、麻木等症状。

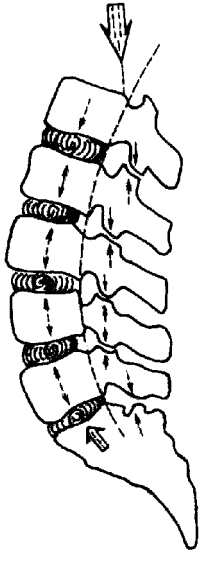
3. 腰椎的生物力学特点有哪些？

人体整个脊柱的曲线从前后位看是一条直线，从侧位看如图所示有 源个生理曲度，当人体直立行走时这个生理曲度使脊柱如同一个大的弹簧，增加了脊柱缓冲震荡的能力，其中腰椎的正常生理前屈对于维持腰部以致整个脊柱的稳定非常重要。（图 苑 愿

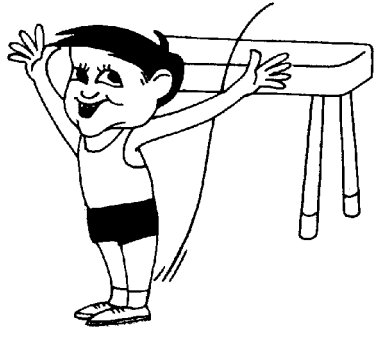
腰椎的前屈在正常情况下顶端在腰 猿 源椎体前面此时椎间隙呈前宽后窄，使腰椎能够承受较大的外力并活动自如。腰椎生理曲度变直可提示腰椎间盘突出症的发生。

腰椎的负荷相当大，上半身的重量几乎全部由腰椎承

担，当人体背、抬、搬重物时腰椎所承受的力量则更大。因此，腰椎比其他关节较易发生退行性变，特别是椎间盘髓核的退变。腰椎周围的韧带、肌肉及髋部、胸腹部的肌肉以腰椎为中心，共同维护着前后左右相互平衡和协调，并提供动力，使腰椎产生各个方向的运动。若上述肌肉与韧带受到外伤、劳损、受寒发生病变时也可影响腰椎的正常功能。



图苑



图愿

4. 腰椎的正常活动范围有多大？

腰椎所能进行的活动主要是前后运动的屈曲、后伸，左右运动的侧屈及水平面上的左右旋转，以及三者之间同时作用形成的环转运动。（图 怨

腰椎的活动范围在脊柱活动中居于中等程度，比颈椎差一些，但比胸椎强一些。腰椎的活动范围与年龄成反比，随着年龄的增长腰椎各个方向的活动范围逐渐减小，一般儿童

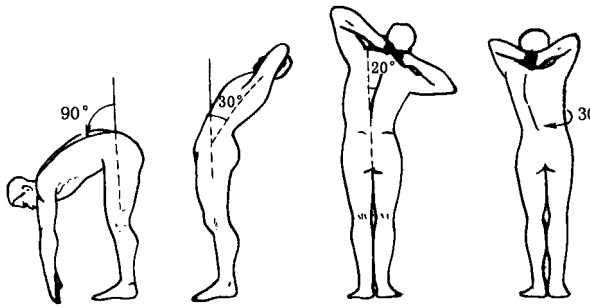


图 怨

期腰椎的活动范围较大，尤其是后伸活动，在一些从小进行体操、武术或杂技训练的人中，这种较大范围的后伸运动甚至可以保持至成年，因此，从另一方面讲，腰椎的活动范围大小还与平常的锻炼有密切关系。

测量腰椎活动范围的方法一般用量角器或目测，在被检查者自然站立或坐位时进行。

腰椎在后方黄韧带、棘间韧带、棘上韧带、后纵韧带等的限制下，一般可前屈 怨园度，后伸为 猿园度。

在自然站立的情况下受试者双手抱后枕部测量左右侧屈度数，左右侧屈的正常值约为 猿园度。

在坐位情况下，固定受试者骨盆，受试者双手抱后枕部作躯干旋转，左右旋转的正常值约为 源缘度。

5. 什么是腰椎间盘？基本结构如何？

腰椎间盘位于两个椎体之间，是一个具有流体力学特性

需要全本请访问 www.ertongbo