第一图书网, tushu007.com

<<腰腿痛防治260问>>

图书基本信息

书名：<<腰腿痛防治260问>>

13位ISBN编号：9787508246215

10位ISBN编号：7508246217

出版时间：2007-9

出版时间：金盾出版社

作者：徐军 编

页数：384

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：http://www.tushu007.com

前言

自《腰腿痛防治180问》（第一版）（1992.1 2）面世，到《腰腿痛防治220问》（第二版）（1997.6 ）至今，已有14年了。
不知不觉中，本书的发行量已达到了23.6 万册。
回眸其中，无不渗透了广大读者的厚爱。
首先，我们要感谢所有鼓励和支持本书的读者，并殷切期望所有的新老读者能够一如既往地关注本书。
其次，我们要衷心感谢所有爱护并不断扶植本书的老专家。
多年来，老专家给予的关爱是我们永远不能忘怀的，也是我们今后脚踏实地不断前进的动力。
同时，我们还要感谢所有关心、支持和帮助本书写作和修订的同道朋友们。
为此，我们总是带着一种感激的心情，努力地完善着本书的每一字、每一句。
关于腰腿痛，近年来已不再是一个令人陌生的病名。
这一方面是由于人们工作方式和生活习惯的改变，其发病率不断呈现潜滋暗长的趋势；另一方面也反映了人们对自身健康需求的不断提高。
然而，由于在造成腰腿痛的因素之中，相当部分是因为老龄化而发生的退行性病理改变，所以目前所实施的各种各样治疗似乎并没有达到最大限度解决的目标。
因此，强化关于腰腿痛的健康教育，不断普及有关自我预防和自我治疗的意识，无疑是更好地解除广大患者腰腿痛问题的一种途径。
10余年来，本书的数次修订和发行量的不断增加或多或少已成为这一观念的佐证。

内容概要

本书在《腰腿痛防治220问（第二版）》的基础上进行了修改和补充，系统介绍了常见腰痛和下肢痛的病因、诊断、治疗及预防康复方面的知识。
内容丰富，科学实用，通俗易懂，图文并茂，可供广大患者及基层医务人员阅读参考。

<<腰腿痛防治260问>>

书籍目录

上篇 腰痛
一、腰椎的基本知识
1.腰椎有哪些解剖结构特点？
2.什么是腰椎间盘？
3.腰椎间盘有什么作用？
4.为什么腰骶关节与骶髂关节的问题也会造成腰痛？
5.什么是腰椎的前凸生理曲度？
6.腰椎由哪些结构连结和支持？
7.腰椎的正常活动范围有多大？
8.腰椎的前屈与弯腰动作有什么区别及联系？
9.不同体位对腰椎生物力学有什么影响？
10.不同活动对腰椎的影响有哪些？
二、腰椎间盘突出症
11.什么是腰椎间盘突出症？
12.哪些因素可造成腰椎间盘突出症？
13.哪些是腰椎间盘突出症的好发部位？
14.腰椎间盘突出症有哪些特殊类型？
15.腰椎间盘突出症有哪些症状？
16.腰椎间盘突出症有哪些前驱症状？
17.为什么腰椎间盘突出症患者常伴有下肢症状？
18.腰椎间盘突出症有哪些主要体征？
19.如何进行腰椎间盘突出症的定位诊断？
20.直腿抬高试验有什么临床价值？
21.腰椎间盘突出症X线检查有哪些结果？

22.除了X线检查外，腰椎间盘突出症还有哪些影像学检查方法？

三、其他常见的腰痛
23.除了腰椎间盘突出症外，还有哪些疾病可导致腰痛？

24.为什么腰痛的患病率较高？

25.不同人群腰痛的常见原因有哪些？

26.为什么有时腰痛的表现不相同？

27.什么是椎间盘内破裂？

28.什么是急性腰扭伤？

29.什么是慢性腰肌劳损？

30.哪些韧带损伤最易造成腰痛？

31.什么是姿势性腰痛？

32.什么是腰骶部移行脊椎？

33.什么是隐性脊柱裂？

34.什么是峡部裂和腰椎滑脱？

35.什么是腰椎管狭窄症？

36.腰椎间盘突出症与腰椎管狭窄症有什么区别及联系？

37.什么是腰背部筋膜纤维组织炎？

38.什么是强直性脊柱炎？

39.哪些内脏疾病可引起腰痛？

……
四、腰痛的诊断与康复评价？

五、腰痛的康复治疗
六、常见腰痛疾病的治疗
七、腰痛的自我预防
下篇　下肢痛
八、常见下肢痛的基础知识
九、常见下肢痛的类型
十、常见下肢痛的防治

章节摘录

插图：（1）不同活动对腰椎间盘的影响：腰椎由于有前屈、后伸、侧屈及旋转等各种形式的运动，所以腰椎间盘所承受的负荷可以因不同的运动方向、不同的活动姿势、不同的运动负荷而受到不同程度的张力、压力和剪力。
一般在腰椎活动过程中，纤维环的凸侧承受最大的张力；凹侧承受最大的压力；在腰椎旋转时产生剪力。
在伸直膝关节，向前弯腰并伴负重时，腰椎间盘的负荷最大；仰卧位时腰椎间盘的负荷最小。
不过，即使是在肌肉放松的仰卧位，腰椎间盘的压力也仍可在12千克以上，如充分卧床，全身放松睡眠时，椎旁的肌肉也仍然对腰椎间盘产生挤压作用。
站立时，躯干、双上肢和头部的重量可经过腰椎（尤其是椎间盘）向下传导；坐位时，重力对腰椎的影响可略微减少一些；而在背、抬、搬、推重物等活动时，腰椎所承受的外界力量则更大，尤其是腰椎下部。
例如，在较剧烈活动或搬取重物时，腰椎间盘的压力可突然增至数百千克。
因此，腰椎比其他关廿l较易早期发生退行性改变，特别是椎间盘髓核的退变。
（2）腰椎的不同运动对整个腰椎结构的影响①屈曲。
椎管和椎间孔的容积增加，硬膜囊和神经根的张力增加，椎间盘内压增加，纤维环向后膨出。
②伸展。
椎管和椎间孔的容积降低，硬膜囊和神经根的张力降低，纤维环向前膨出。
②旋转和扭转。
易产生纤维环撕裂和腰椎间盘突出。

编辑推荐

《腰腿痛防治260问(第2次修订版)》：知名专家会诊，解答防治疑难，传授科学知识，为您健康护航。

第一图书网, tushu007.com

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:http://www.tushu007.com