第一图书网, tushu007.com

<<颈椎病中医调治150问>>

图书基本信息

书名：<<颈椎病中医调治150问>>

13位ISBN编号：9787508260945

10位ISBN编号：7508260945

出版时间：2010-2

出版时间：金盾出版社

作者：尹国有 主编

页数：276

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

人最宝贵的是生命和健康，健康与疾病防治是全社会都非常关心的问题，它关系到每一个人、每一个家庭的切身利益。
随着医学水平的提高，医学知识的普及，能够通过自我调治防病的方法越来越受到人们的重视。
中医学历来注重疾病的整体调治，非药物治疗和日常保健。
采用中医治疗和调养疾病，以其显著的疗效和较少的不良反应一直深受广大患者的欢迎。
颈椎在人体的位置非常重要，上承头颅，下接躯干，神经血管交错密集，活动频率高，是人体“事故的多发地带”。
颈椎病是以颈椎退行性病理改变为基础，多发生在中老年人身上的常见病，但近年来颈椎病有逐渐年轻化和患病率不断上升的趋势。
为了普及医学知识，满足广大读者希望运用中医方法治疗和调养颈椎病的需求，指导人们建立健康、科学的生活方式，编写了《中医调治答疑丛书——颈椎病中医调治150问》一书。
本书以颈椎病的中医治疗和自我调养为重点，采用问答形式，系统地介绍了颈椎病的防治知识，认真细致地解答了颈椎病患者在治疗过程中可能遇到的种种问题，力求让广大读者看得懂、用得上。
书中从正确认识颈椎病开始，介绍了颈椎的解剖结构、生理功能，颈椎病的发病原因、临床表现，颈椎病的分型，颈椎病的诊断和预防等有关基础知识；推荐了内服中药、外用中药、药枕、热敷、熏洗、沐浴、艾灸、拔罐、药膳、药酒、药茶、运动、按摩，以及饮食起居调理等中医治疗调养颈椎病的多种方法。
文字通俗易懂，内容科学实用，治疗和调养方法叙述详尽。

第一图书网, tushu007.com

内容概要

本书以问答形式，介绍了颈椎病的发病原因、诊断方法，推荐了中医调治颈椎病的多种方法，包括中医内服法、中药外搽热熨法、药枕、泥敷、蜡敷、熏洗、艾灸、耳针、按摩、拨罐、刮痧，以及各种颈部保健操等。
其文字通俗易懂，内容科学实用，适合于颈椎病患者、基层医务人员和中老年人阅读。

书籍目录

一、正确认识颈椎病　1.颈椎的正常解剖结构是怎样的？
2.正常人的颈椎活动范围有多大？
3.颈椎的生理曲度是怎么回事？
颈椎有何生理功能？
4.何谓颈椎病？
为什么会患颈椎病？
5.哪些人易患颈椎病？
6.颈椎病的发病原因有哪些？
7.颈椎病会发生哪些病理变化？
8.何谓颈性眩晕？
其临床表现如何？
9.何谓颈心综合征？
有何临床特点？
10.落枕是怎么回事？
11.经常头晕与颈椎病有关系吗？
12.颈椎病患者手指麻木是怎么回事？
13.为什么有些颈椎病患者会出现下肢症状？
14.颈椎损伤后为什么易患颈椎病？
15.颈椎骨质增生就一定是颈椎病吗？
16.颈椎病只是颈背痛吗？
17.中老年人的都会患颈病吗？
患了颈椎病可怕吗？
18.为什么颈椎病患者易出现项韧带钙化？
19.中医是如何认识颈椎病的？
20.为什么颈椎病的临床表现多种多样？
21.何谓颈型颈椎病？
颈型颈椎病有何病状？
22.何谓神经根型颈椎病？
神经根型颈椎病有何临床特征？
23.何谓脊髓型颈椎病？
脊髓型颈椎病有何临床表现？
24.何谓椎动脉型颈椎病？
椎动脉型颈椎病有何临床表现？
25.何谓交感神经型颈椎病？
交感神经神颈椎病的主要症状有哪些？
26.混合型颈椎病在临床上多见吗？
有何特点？
27.食管压迫型颈椎病为什么会出现吞咽困难？
28.中医将颈椎病分为几型？
临床表现有何特点？
29.颈椎病患者为什么有时会出现一些特殊症状？
30.为什么颈椎病患者易产生眩晕症状？
31.颈椎病患者的主要物理检查方法有哪些？
32.颈椎病X线摄片检查的指征和诊断意义有哪些？
33.颈椎病X线片为什么有时与临床表现不相符合？

34.颈椎病患者在什么情况下应做CT检查？
35.颈椎病患者如何做磁共振所谓检查？
36.为何颈椎病患者有时还需做肌电图检查？
37.医生根据什么诊断颈椎病？
38.各型颈椎病的诊断依据是什么？
39.慢性颈肩背痛如何与颈椎病相鉴别？
40.为什么颈椎病容易复发？
41.预防颈椎病应从哪几个方面入手？
42.高枕真的无忧吗？
怎样调节枕头的高低使之更为合适？
43.如何在日常生活和工作中注意预防颈椎病？
44.如何预防头颈部外伤？
45.怎样自制符合生理要求的枕头？
二、中医调治颈椎病　46.中医调治颈椎病常用的方法有哪些？
47.治疗颈椎病常用的单味中药有哪些？
48.中医治疗颈椎病常用的方剂有可哪些？
49.如何正确煎煮中药汤剂？
50.中医是怎样辩证治疗颈椎病的？
51.治疗颈椎病常用的内服中成药有哪些？
52.治疗颈椎病常用的外用中成药有哪些？
53.治疗颈椎病常用的单方有哪些？
54.治疗颈椎病常用的验方有哪些？
55.治疗颈椎病常用的中药外搽方有哪些？
56.治疗颈椎病常用的中药热熨方有哪些？
57.药枕疗法调治颈椎病有何作用？
58.应用药枕治颈椎病有何作用？
59.调治颈椎病常用的药枕有哪些？
60.热敷法能调治颈椎病吗？
61.调治颈椎病常用的热敷方法有哪些？
62.何谓泥敷法？
泥敷有何作用？
63.颈椎病患者怎样进行泥敷？
64.何谓蜡敷法？
蜡敷有何作用？
65.颈椎病患者怎样进行蜡敷？
66.何谓药物敷贴法？
药物敷贴法能治疗颈椎病吗？
67.药物敷贴治疗颈椎病有何作用？
68.应用药物敷贴治疗颈椎病应注意些什么？
69.治疗颈椎病贴方有哪些？
70.何谓熏洗疗法？
应用熏洗疗法治疗颈椎病应注意些什么？
71.治疗颈椎病常用的中药熏洗方有哪些？
72.何谓矿泉浴？
矿泉浴调治颈椎病有何作用？
73.颈椎病患者怎样进行矿泉浴？
74.何谓海水浴？

海水浴调治颈椎病有何作用？
75.颈椎病患者怎样进行海水浴？
76.何谓日光浴？
日光浴调治颈椎病有何作用？
77.颈椎病患者怎样进行日光浴？
78.何谓艾灸疗法？
艾灸的方法有哪些？
79.治疗颈椎病常用用的穴位有哪些？
80.应用艾灸治疗颈椎病应注意些什么？
81.治疗颈椎病常用的艾灸处方有哪些？
82.何谓耳穴贴压法？
应用耳穴贴压法调治颈椎病应注意什么？
83.调治颈椎病常用的耳穴贴压处方有哪些？
84.何谓拨罐疗法？
拔罐能治疗颈椎病吗？
85.拔罐之罐具的种类有哪些？
86.拔罐之喜吸拔的方法有哪些？
87.拔罐治疗颈椎病有何作用？
88.应用拔罐法治疗颈椎病应注意些什么？
89.治疗颈椎病常用的拔罐处方有哪些？
90.何谓刺血疗法？
应用刺血疗法治疗颈椎病应注意些什么？
91.治疗颈椎病常用的刺血方法有哪些？
92.何谓刮痧疗法？
常用的刮痧器具及介质有哪些？
93.刮痧的具体操作方法有哪些？
94.应用刮痧疗法治疗颈椎病应注意什么？
95.治疗颈椎病常用的刮痧处方有哪些？
96.颈椎病患者的饮食原则是什么？
97.有益于颈椎病患者的常用食物有哪些？
98.何谓药膳疗法？
药膳能调治颈椎病吗？
99.药膳如何分类？
有哪些烹调方法？
100.适宜于颈椎病患者服食的药粥有哪些？
101.适宜于颈椎病患者服食的菜肴有哪些？
102.适宜于颈椎病患者服食的汤羹有哪些？
103.何谓药酒疗法？
药酒能调治颈椎病吗？
104.制备药酒的方法有哪些？
105.应用药酒调治颈椎病应注意些什么？
106.有助于及颈椎病康复的药酒验方有哪些？
107.何谓药茶疗法？
108.药茶的种类和剂型有哪些？
109.应用药茶调治颈椎病应注意些什么？
110.有助于颈椎病康复的药茶验方有哪些？
111.何谓运动疗法？

运动疗法调治颈椎病有何作用？
112.颈椎病患者运动锻炼时应注意些什么？
113.颈椎病患者如何练习坐式颈肩操和颈部活动操？
114.颈椎病防治操分为哪6节？
如何练习？
115.怎样练习颈肩保健操？
116.颈椎病患者如何练习固颈强肩操和低头深伸颈法？
117.自我护颈操分哪8节？
怎样练习？
118.如何练习耸肩护颈操和转头伸颈法？
119.颈椎保健操分哪10节？
怎样练习？
120.颈椎病患者如何练习哑铃体操？
121.怎样运用舒颈操调治颈椎病？
122.如何练习8节式颈肩操？
123.如何练习8节式颈椎徒手操？
124.舒颈强脊操分哪7节？
怎样练习？
125.如何练习颈肩痛防治操？
126.怎样运用颈肌放松强化操缓解颈项部酸痛不适？
127.怎样运用强颈操调治颈椎病？
128.如何用梳头疗法调治颈椎病？
129.八段锦怎样练习？
130.易筋怎样练习？
131.如何练习去病延年二十式？
132.怎样练习五禽戏？
133.练习太极拳应注意些什么？
134.按摩能治疗颈椎病吗？
按摩治疗有何作用？
135.治疗颈椎病常用的按摩手法有哪些？
136.按摩治疗颈椎病应注意什么？
137.如何用三步按摩法治疗颈椎病？
138.怎样用点拿舒筋拔伸法治疗颈椎病？
139.怎样用推擦分筋提拿法治疗颈椎病？
140.如何用捋捏归合揉擦法治疗颈椎病？
141.如何用自我搓揉按摩法治疗颈椎病？
142.怎样用面颈推三把法治疗颈椎病？
143.怎样用拿揉滚板结合法治疗颈椎病？
144.如何用推按提拔头颈法治疗颈椎病？
145.如何用舒筋旋搬镇痛法治疗颈椎病？
146.怎样用按揉牵引摇肩法治疗颈椎病？
147.如何用推拿颈部抖肢法治疗颈椎病？
148.怎样用头颈摇正拔伸法治疗颈椎病？
149.情绪对颈椎病有何影响？
150.何谓情志疗法？
保持良好情绪常用的方法有哪些？
151.颈椎病患者如何选择床铺？

152.颈椎病患者选择什么样的睡眠姿势较合适？
152.何谓起居养生？
颈椎病患者在日常起居中应注意什么？

章节摘录

插图：1.颈椎的正常解剖结构是怎样的？
颈段脊柱由7个颈椎、6个椎间盘（第1、第2颈椎无椎间盘）和所属韧带构成，它上连颅骨，下接第1胸椎，从侧面观察，颈椎排列呈轻度前凸，是所有脊椎椎骨中体积最小者。
第1、第2和第7颈椎结构比较特殊，称为特殊颈椎，第3至第6颈椎为一般颈椎。
一般颈椎与胸、腰段椎骨大致相似，均由椎体、椎弓、突起（包括横突、上下关节突和棘突）等基本结构组成（图工）。
椎体在前，椎弓在后，两者环绕共同形成椎孔，椎孔颇大，为三角形，各椎孔相连构成椎管，其中容纳脊髓。
棘突平伸向后，尖端分叉。
横突向外侧偏前，根基部有横突孔，有各椎动脉穿过，上面呈凹形与脊神经相适应，末端有前结节和后结节，第6颈椎前结节特别大，颈动脉在该结节前经过，是急救压迫止血的部位，又名颈动脉结节。
颈椎上关节突的关节面向上偏后外侧，下关节突的关节面向下偏前内侧。
椎体上面周缘的两侧偏后方，有脊状突起，称为钩状突（钩突）。
钩突与相邻的上一椎体下缘侧方的斜坡对合，构成钩椎关节。
此关节能防止椎间盘向侧后方突出，但因退行性改变而发生骨质增生时，增生的骨刺则可能影响位于其侧方的椎动脉血液循环，并可压迫位于其后方的神经根。
钩椎关节蜕变可较早出现，由于该关节位于椎间边缘部，在颈椎做旋转等运动时，局部的活动度较大，两侧的钩状突起呈倾斜面，局部椎间隙较窄，颈椎活动所产生的压力和剪力常集中于此。

编辑推荐

《颈椎病中医调治150问》：中医调治答疑丛书

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