

<<颈椎病防治>>

图书基本信息

书名：<<颈椎病防治>>

13位ISBN编号：9787510048777

10位ISBN编号：751004877X

出版时间：2012-11

出版时间：世界图书出版公司·后浪出版公司

作者：龙层花 主编

页数：188

字数：170000

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>

## <<颈椎病防治>>

### 前言

人老先从哪里开始？

治病不如防病，有病早治，无病早防，这是保健的良策。

人到中年，病痛渐多，抗衰老的意识增强，一般人会学些进补的方法，或加强体育运动，以增强体质，有一定效果。

人老先从哪里开始？

有说是腿脚，有说是眼睛，有说是牙齿。

其实，身体在衰老进程中，并非从鱼尾纹开始，而是首先由脊柱开始的。

因此，不能等到中年才注重脊柱的保健。

颈椎病的防治，应从小开始，重视脊柱保健，可以获得防病保健、抗衰老的多方效益。

青少年时期，生活和学习时的不良姿势，玩耍或运动时的不慎致伤，出生时的产伤，均可发生脊柱的筋骨损伤而发展成颈椎病，影响健康和学习，甚至引起发育障碍；不少青年人已有落枕的体验，落枕是颈椎失稳的开始，敲响了预防颈椎病的警钟；有些人早上醒来，感到身体某部发僵不灵活，或头脑不清醒，要经过晨运或做一些动作，才恢复轻松自如；有些青壮年人，工作不耐劳，日间哈欠频频，非常倦怠；有人没有原因而入睡困难，有人入睡容易却恶梦多多，似睡非醒；不少人年纪不大，精神体力不支，心情烦躁，找各专科医生检查，未能确诊疾病，目前称为“亚健康”（subhealth，健康与患病之外的“第三状态”）；有的被诊断为神经官能症的，服用药物，只能治标，难以取得满意效果；年老多病并非必然，及早防治颈椎病，即能避免诸多疼痛的发生，推迟各内脏功能的衰退，从而达到既长寿又健康的理想状态。

若能认识多种常见病、慢性病与脊椎病因相关，就可以在药物治疗的同时，配合应用治脊疗法，使这些病症早日治愈，取得满意的疗效。

人们总希望有更多的保健好方法。

龙层花、魏征教授长期从事脊柱相关疾病的研究，是国内外著名的、有重大贡献的学者。

他们夫妇协力同心，毕生的成果填补了医学多项空白，是中国治脊疗法的开创者；龙氏整脊法已成为医界公认的安全、高效的科学治脊学。

本书的出版，对医生和患者都将带来福音，医生可以从中吸取新的知识，患者可学到自我预防和自我治疗的技术。

我作为终生研究颈椎病的同道，十分荣幸地向全社会推荐这部新作，深信大家读后会得到满足。

中国康复医学会颈椎病学会主任潘之清

## <<颈椎病防治>>

### 内容概要

你知道手臂麻痛、颈部和上肢怕冷是颈椎病引发的病症吗？  
你知道功能性近视、失眠、原发性高血压、脑部缺血可能与颈椎病有关吗？

久坐、工作紧张、长时间使用电脑、缺乏运动、姿势不良……种种原因使脊椎病成为现代人最常罹患的疑难慢性病，现代都市病几乎都与脊椎相关，因此，保健、抗衰老都要从保护脊椎开始。脊椎病其实并不可怕，只要加强预防，就能降低发病率；而在疾病初发或复发时，简易的自我治疗也能防止疾病加重。

本书援引大量病例，通过分析这些病例的诊断、治疗方案和病因，逐一讲述颈椎病的征兆、症状表现、高发人群，以简明易懂的方式向读者传授颈椎病自我防治、自诊自疗的方法，是广大颈椎病患者的福音，也是上班族、青少年、中老年等不同人群日常保健的实用指南。

## <<颈椎病防治>>

### 作者简介

龙层花，著名脊椎病专家、教授，广州医学院毕业；从医50多年，是广州军区总医院康复理疗科前任主治医师、现任顾问，中国广州脊椎相关疾病研究所副所长，香港骨伤学会终身会长，首届中华脊柱医学论坛大会名誉主席、现任顾问；创立有脊椎病因治疗学说和治脊疗法，发明了微机控制治脊床、颈椎牵引椅、龙牌保健枕，有龙氏脊椎牵引枕等4项国家专利，获世界传统医学大会金杯奖4次，军队科技二、三、四等奖6项，国家级重点课题1项；多次应邀到世界各地讲学，举办龙氏治脊推拿培训班200多期，为全球培训了2万多名龙氏治脊医师。

## <<颈椎病防治>>

### 书籍目录

人老先从哪里开始？

潘之清

自序 龙层花

第一章 颈椎病引发的病症

第一节 落枕是颈椎病的征兆

第二节 文职人员别轻视颈椎病症状

第三节 现代化生活带来的颈椎病危机

第四节 别轻视头昏欲呕或头痛颈僵症状

第五节 手臂麻痛并非都是风湿

第六节 骨质增生的真相

第七节 颈和上肢不痛，只是怕冷也是颈椎病？

第八节 婴幼儿为何颈部僵硬？

第九节 爱好运动人士要留心颈椎病症状

第十节 外伤而起的颈椎病可致瘫痪

第二章 颈椎病因相关的病症

第一节 学生近视初发

第二节 眼部病症

第三节 青壮年失眠

第四节 原发性高血压

第五节 吞咽困难

第六节 脑震荡后遗症

第七节 脑部缺血性疾病

第八节 局限性癫痫

第九节 顽固性呃逆

第十节 神经性水肿

第十一节 三叉神经痛

第十二节 老年性肩周炎

第三章 颈椎病的防治

第一节 颈椎的实用解剖和生理知识

第二节 颈椎病的病因和病理发展

第三节 颈椎病的常见症状和自我诊断

第四节 颈椎病的预防

第五节 颈椎病的自我治疗

附录

附录1 颈保健功示范

附录2 颈部医疗体操示范

附录3 颈椎病的中医药治疗与食疗

附录4 颈椎病的诊断——龙氏治脊疗法

出版后记

## &lt;&lt;颈椎病防治&gt;&gt;

## 章节摘录

版权页：插图：医生诊断检查后，根据患者病症的发生、发展和颈椎X光片，确诊颈椎中上段（第1~4节）有多关节多类型错位，至于颈椎中下段的骨质增生非致病主因。

因从X光片可见颈椎第4~7节的三个椎间盘已明显变性，骨质增生已到后期，形成骨桥，占据了颈椎孔道中的空间，四节颈椎已失去正常的活动功能了，所以不会发生错位。

患者在防地震棚睡觉而落枕，其实是弄伤了上段颈椎的小关节，而不是有骨质增生的下段，故发病亦非由骨桥所致，而是上段颈椎错位使椎动脉扭曲。

因此，在这情况下做头颈牵引，反而牵拉了原已扭转屈曲的椎动脉，使损伤加重，才引发血管痉挛而出现头昏、恶心呕吐及耳鸣发作等症状。

治脊方案用正骨推拿纠正颈椎第1~4节的错位，解除椎动脉扭曲后，加用针刺于风池、合谷穴（穴道位置参见第二章第二节）和三阴交穴位（足踝内侧凸起骨节高点之上约3英寸），缓解血管痉挛。

配合热疗，以用红光照射颈背，促进血循环。

接受3次综合治疗后，头昏、头痛、耳鸣及颈部僵硬、肩部沉痛不适均明显减轻，治疗10次后痊愈，未再出现头脑一片空白现象，随访3年无复发。

个案2 阮女士，48岁，公司经理。

颈和右上臂疼痛已三年半，时轻时重。

阮女士曾到医院检查，发现颈椎第5节有骨质增生，服用中西药只能减轻痛楚，未能彻底治愈。

她听说骨质增生无法治愈，精神负担更大。

直到她表妹到新加坡探望她，说自己也曾得此症，用治脊疗法治愈了。

阮女士抱一试无妨的想法，赶到广州洽商期间，到“脊椎相关性疾病研究所”请治脊专家会诊。

医生诊断 医生为患者进行详细检查，并看了她带来的颈椎MRI片和X光片后，确定颈椎病不是骨质增生引起，而是与第3~6节的侧弯并旋转错位有关。

只要用牵引下正骨手法把错位复正，和消除无菌性炎症后，患处就可以很快不痛了。

当医生知道患者小时候曾跌伤，指出颈椎第5节出现的骨质增生和韧带钙化，就是那次跌伤造成。

骨质增生是颈椎受伤后的创伤修复，有如骨折愈合时的骨痂一样，属生理代偿。

但患者的骨质增生很轻微，只要颈椎位置保持在正常状态（即无椎关节错位），轻微骨刺便不会伤及血管和神经。

所以，由受伤到这次颈椎病发作前的三十多年间，患者从无不适。

只是，当骨质增生直接压迫或刺激到颈神经或血管时，才会发病。

患者工作时颈姿不良，经常屈颈向右，又用右肩夹持电话，造成中上段颈椎侧弯，使椎旁软组织发炎，才促使今次颈椎病发作。

## &lt;&lt;颈椎病防治&gt;&gt;

## 后记

颈椎病是多病之源。

脊柱是人体的中轴，有如大厦的支柱，脊柱内有脊髓，是神经系统中的低级中枢（脑神经是高级中枢），由脊髓发出的周围神经，支配全身肢体的感觉和运动功能；由脊髓发出的植物神经（交感神经和副交感神经）支配内脏器官的功能，全身血管的舒缩，汗腺的分泌；心脏输给脑部的血液，需经颈部上行至脑，其中两条椎动脉和椎静脉穿行于颈椎横突之间，这就是颈椎病会引起头昏脑胀的主因所在。

由此可想而知，颈椎病不只是能导致众所熟悉的颈肩腰腿痛，而且又是许多（目前已研究证明的有七十多种）病症的病因之一。

因此，有健康的脊柱，能使人们工作时精力充沛，休息时睡得好，从而体壮力健，精神舒畅。

我与魏征教授于1959年开始用中西医结合医学方法诊治颈椎病，发现不少病人在颈椎病治好时，头面部或全身性的慢性病症不药而愈，故于1969年开始，研究颈椎病与内脏疾病相关性的机理。

1972年由全院多科室的专家，成立“脊椎相关性疾病科研组”，后改为“脊椎相关性疾病研究所”，历经三十多年，进行了脊柱病的解剖学研究、放射诊断学研究、动物实验研究和临床研究，创立了“脊椎病因治疗学”的基础理论和治脊疗法。

脊椎病因治疗学，为目前西医学许多病因未明的疑难病、慢性病，创立了一项新的病因学说，开创了一种新的诊治方法。

但各种疾病，常由多种病因引起，治脊疗法只适用于脊椎病因引发的病症，因此，这类慢性病和疑难病，首先应由各专科医生确诊，例如眼睑下垂，先请眼科和神经科医生诊断；高血压请心血管科诊断。

当经专科医生检查，未查出确切病因者，或被诊断为原发性、神经性或植物神经功能紊乱所引起的，就可按脊椎病因相关性病症，进行三步定位诊断法检查（详见附录4）。

这项科研成果，弥补了各专科对这类病症诊治之不足。

例如原发性高血压病和局部性癫痫，用降血压药和抗癫痫药治疗，虽有一定效果，但都难以根治，必须长期用药控制，药物的毒副作用使患者难以真正康复。

如能及早确诊为颈椎相关性疾病，应用治脊疗法（重症患者需同时应用药物治疗，至病情明显好转后方减停药物），将使许多临床上的慢性疑难病者，获得较彻底的治疗，免除终生服药的痛苦。

1986年以来，广州市多间医学院接受了此理论，有举办专题国际学习班的，有列入该大学的国际学院海外大专班课程的，广州医学院在钟南山院长的大力支持下，经专家论证，自1996年正式设立“脊柱相关疾病诊治”选修课，成为该校临床医学本科学生最受欢迎的选修课之一。

我院自1972年开始接收本课题进修生和硕士研究生，每年举办多期专题培训班。

1988年应美国部分中医学院邀请，在美国举办专题培训班，受聘为客座教授。

为国内外培训的学员数千人，学员分布全国各省市，和美国、加拿大、澳大利亚、英国、法国、日本、新加坡、马来西亚、印度尼西亚和港、澳、台的执业医师或治疗师，为广大患者解除痛苦。

先后在国内外发表论文五十余篇，出版专著六本，其中《脊椎病因治疗学》、The Study and Treatment of Spinal Diseases和录像带（后改为VCD版本）均由香港商务印书馆出版。

本人希望这套科普丛书，能使早期的脊椎病患者，认识自己健康问题的根由，及时正确地加以预防，或适时的诊治。

诚然，本丛书介绍的病例，都是参编者的真实医案，其中多数是病情较重的，到此阶段的患者，自我治疗已难痊愈了，应该到医院或有经验的专科诊所诊治。

但是这些病例所发生的病情，早期多是较轻的，或反复发作的，不少人曾为此去医院检查过，未发现明显病理变化，或未找到脊椎病专科医师诊治，甚或被误诊为神经官能性病症的。

为达到无病预防，有病早治的目的，希望本书读者能从中获得启发，若已患有脊椎病，轻者及早做自我治疗，较重者应及早到医院或脊椎专科诊所进行诊断、治疗，争取早日康复。

脊椎病已从颈肩腰腿痛的骨科范畴，发展成为七十多种临床常见病或慢性疑难病的脊椎病因相关性的病症，用脊椎病因学理论诊断这类病症，能找到发病根源，达到“治病必求其本”的理想目的。



## <<颈椎病防治>>

用中西医结合的治脊疗法治疗这些病症，常可获得“立竿见影”的疗效。

但是，临床上的各种症状（自我感觉到的不舒服），是有多种病因的，所以，本书介绍的自我治疗方法，只是治疗颈椎病引起的症状，如果经过一星期左右的治疗无好转，就应该到医院检查，以免耽误了其它病因所致的疾病的早期诊治。

由于本人对科普写作水平有限，书中定有不尽人意之处，希望读者多多提出批评建议，有待改进提高。

本书是在商务印书馆的大力支持和热情鼓励下完成的，是我在香港发表的第四本作品，我对商务印书馆这种大力扶持新兴学科、推动临床医学进步的努力，又为广大人民群众健康服务的热情所感动，故在年老体弱的艰难条件下完成这套丛书，在此谨向在我编写这套丛书过程中，为我组稿、编写、出版给予支持和诚恳帮助的医师和参与者，表示衷心的感谢和致谢！

龙层花



## <<颈椎病防治>>

### 媒体关注与评论

龙层花、魏征教授长期从事脊柱相关疾病的研究，是国内外著名的、有重大贡献的学者……他们毕生的成果填补了医学多项空白，是中国治脊疗法的开创者；龙氏整脊法已成为医界公认的安全、高效的科学治脊学。

——中国康复医学会颈椎病学会主任潘之清

## <<颈椎病防治>>

### 编辑推荐

《颈椎病防治》编辑推荐：人老先从哪里开始？

是腿脚、皮肤？

还是眼睛？

其实，身体的衰老是由脊柱开始的。

脊柱作为人体的中轴，有如大厦的支柱，保养不当则没有青春、健康可言。

脊柱保健不能等到中年，应从小开始，重视颈椎病防治，才可以获得防病保健、抗衰老的多方效益。

人老从脊椎开始，保护颈椎抗衰老，从医50多年的“颈椎病治疗一代宗师”颈椎病治疗新突破。

《颈椎病防治》内含：· 各种真实病例的分析诊断和治疗；· 颈椎病常见症状、自诊自疗方法；· 颈椎保健功、医疗操、中药与食疗。

适合对象：· 久坐、紧张、不运动、姿势不良、外伤导致的颈椎病；· 功能性近视、失眠、头晕等颈椎病因相关的疑难杂症；· 婴幼儿、青少年、中老年、上班族等大众读者和医生。

## <<颈椎病防治>>

### 名人推荐

龙层花、魏征教授长期从事脊柱相关疾病的研究，是国内外著名的、有重大贡献的学者……他们毕生的成果填补了医学多项空白，是中国治脊疗法的开创者；龙氏整脊法已成为医界公认的安全、高效的科学治脊学。

——中国康复医学会颈椎病学会主任潘之清

<<颈椎病防治>>

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>