

<<颈肩腰腿痛不求人>>

图书基本信息

书名：<<颈肩腰腿痛不求人>>

13位ISBN编号：9787534947032

10位ISBN编号：7534947030

出版时间：2011-1

出版时间：河南科学技术出版社

作者：于世民，杨惠敏 主编

页数：173

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>

## <<颈肩腰腿痛不求人>>

### 内容概要

由于世民主编的《颈肩腰腿痛不求人》是一本专门指导颈肩腰腿痛病患者“当自己的医生”的教科书，它把中药内服、中医外治、自我按摩、运动康复等一个个良方妙招，毫不保留地“兜售”出来，颈肩腰腿痛患者可以根据自己的病情“各取所需”，在家里轻轻松松地进行自我诊断、自我治疗，当一把给自己治病的医生，即使足不出户也能把病治好，从而避免了求医的奔波之苦，的的确确是件花小钱治大病，不花钱也治病的大好事。该书面向社会，贴近民众、贴近生活；文字简明扼要，内容通俗易懂，具有很强的科学性、实用性和可操作性。

<<颈肩腰腿痛不求人>>

书籍目录

第1章颈椎病第2章肩周炎第3章腰肌劳损第4章腰椎间盘突出症第5章腰椎骨质增生症第6章生骨神经痛  
第7章膝骨性关节炎第8章足跟痛后记

## <<颈肩腰腿痛不求人>>

### 章节摘录

版权页：插图：“麻、痛、软、晕”——颈椎病的“预警信号” 颈椎病同其他疾病一样，也有一个发生、发展的过程。

从它存在之日起，就会向你发出各种各样的报警信号，只要多留意观察，你就能发现它的蛛丝马迹，这对及时治疗很有助益。

“麻” 由于椎间隙变窄，小关节增生肥大引起椎间孔变小，使神经根受到压迫。

当臂丛神经受压时，会出现手臂外侧麻痹，并可达到手小指和无名指指端。

有时患者主述和过电一样，放射到胳膊、手指，指尖有麻木感，自觉皮肤厚，常于夜间因双侧或一侧手麻木不适而醒来。

“痛” 颈神经根受压后往往产生水肿及炎症，颈部、肩部、双上肢就会出现疼痛。

“软” 多由于颈脊髓受压迫所致。

此型多见于50岁以上的男性，首先表现为下肢远端逐渐软弱无力，有麻木感，走路不稳，像踩棉花一样，蹒跚步态，随着病情的加重，麻木平面向上升，可导致呼吸肌无力，患者自感胸部像有带子捆着一样，临床称束带感。

严重的脊髓性颈椎病可以引起双下肢瘫痪。

“晕” 由于横突孔周围的韧带骨化压迫或刺激椎动脉，引起椎动脉痉挛，当人体扭转脖子时，椎动脉也随同动作而被扭曲，加重了椎动脉供血不足。

所以患者表现为体位性眩晕，常于头部后仰或突然转向一侧时而猝倒，倒地后体位改变供血改善，又迅速恢复意识。

诊断此型颈椎病可以做核磁共振显示横突孔周围的增生，也可做穿颅的椎动脉造影。

## <<颈肩腰腿痛不求人>>

### 编辑推荐

《颈肩腰腿痛不求人》：曾为多名体坛世界冠军诊治过的“金牌保护神”于世民医生，教您如何自己战胜颈肩腰腿痛。

<<颈肩腰腿痛不求人>>

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>