

# 《不可忽视的颈椎病》

## 图书基本信息

书名：《不可忽视的颈椎病》

13位ISBN编号：9787538857979

10位ISBN编号：7538857974

出版时间：2008-6

出版社：黑龙江科学技术出版社

作者：桑长利

页数：303

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)

# 《不可忽视的颈椎病》

## 内容概要

《不可忽视的颈椎病》颈椎病已不是老年人的专利，而是一种新的时代症候，《不可忽视的颈椎病》较系统地介绍了颈椎病的发病机理及预防、保健理疗措施，指明了该病易发潜在人群，详细地指导现代人怎样从细节入手，改正不良的生活、工作习惯，远离颈椎病的困扰。堪称是颈椎病高危人群、颈椎病患者及专业医护人员的实用宝典。

# 《不可忽视的颈椎病》

## 作者简介

桑长利，骨伤康复按摩专家，原北京中医药联合大学副教授，北京气功研究会理事。从事中医骨伤、中医按摩，运动康复医学40余年，对颈椎病、腰椎病、膝关节病有独特的手法，治疗疗效获国内外患者好评。参编《中国传统康复医学》一书，编写《康复医学知识系列讲座》，发表学术论

# 《不可忽视的颈椎病》

## 书籍目录

第一章 概述篇	第一节 什么是颈椎病	解析颈椎	解析颈椎病	第二节 颈椎病的类型和病因
	颈椎病的类型	颈椎病的病因	第三节 颈椎病的危害及并发症	颈椎病对我们的综合影响
失眠、不孕与颈椎病有关	颈椎病会致脱发白发	六成眩晕和颈椎病有关	颈椎病可引起猝倒	
颈椎病会致瘫痪和大小便障碍	压迫性颈脊髓病有损肺功能	颈椎病可引发慢性胃炎	颈椎病能致中风	颈椎病可诱发颈源性脑血管疾病
第四节 颈椎病的诊断	颈椎病的最新诊断标准	颈椎病的诊断原则	颈椎病需要做的检查	颈椎病诊治误区
容易被误诊和误治的颈椎病	孩子得颈椎病勿误诊	第五节 颈椎病的疗法	非手术疗法	颈椎病的自我疗法
第二章 预防篇	第一节 颈椎病的高危人群	我国颈椎病患者的现状	易患颈椎病的人群	中老年人易患颈椎病
颈椎病“爱”上年轻人	青少年也要警惕颈椎病	开车族占颈椎病患者20%	上班族的颈椎健康	白领颈椎面临的威胁
低头伏案的人易患颈椎病	玩游戏使脖子“受累”	咽喉部炎症者易患颈椎病	第二节 颈椎病的预防	预防的相关内容
祛除诱因	预防的措施	颈椎病的先兆	第三节 颈椎病小测试	第三章 运动保健篇
第一节 颈椎病保健的认识	自我保健可延缓颈椎病退变过程	颈椎病患者要注意环境和季节变化	颈椎病患者自我保健须知	颈椎病患者应注意的问题
颈椎病保健多方开展	颈椎病的保健操有讲究	颈椎病按摩、推拿的作用	第二节 颈椎病的保健方法	颈椎病病人的日常生活
颈椎病防治妙招	颈椎病的保健操	白领首选的颈椎康复操	颈椎病患者的冬季保健	颈椎病的颈部养护
颈部日常养护	颈部活动	颈保健功	颈部功能锻炼	颈椎病人的保健误区
得了颈椎病，勿随意转头	颈痛切莫“端脖子”	不要“捏脖子”治颈椎病	不要“扳脖子”治颈椎	第三节 颈椎病的体育疗法
医疗体育有助颈椎病的康复	体育锻炼对颈椎病的作用	体育在颈椎病康复中的特点	颈椎病体疗与其他疗法的关系	体育疗法应注意的事项
第四节 颈椎病的其他疗法	五步疗法	徒手体操	哑铃体操	交感神经型颈椎病的运动体操
练太极治颈椎	气功疗法	导引疗法	第四章 治疗篇	第一节 物理疗法
理疗的原理	理疗的作用	理疗的方法	家庭理疗	温泉疗法
泥疗法	蜡疗法	橡胶锤疗法	第二节 中医药疗法	中医对颈椎病的基本观点
中医对颈椎病的认识	颈椎病的中医分型	颈椎病的中医外治法	颈椎病的中药疗法	治疗颈椎病中药处方
颈椎病的药枕疗法	颈椎病的药衣领疗法	颈椎病的中药热敷法	中药外洗法	颈椎病的药浴法
神经根型颈椎病的中药疗法	脊髓型颈椎病的中药疗法	椎动脉型颈椎病的中药疗法	颈椎病的耳穴贴压药物治疗	第三节 颈椎病常用的推拿手法
各型颈椎病的推拿手法	交感神经型颈椎病推拿需谨慎	椎动脉型颈椎病推拿应谨慎	推拿治病的作用机理	推拿法治颈椎病的要求
颈椎病的按摩法	自我按摩晨练法	自我点穴按摩法	耳穴自我按摩法	耳穴压豆法
足底按摩巧治颈椎病	颈椎病病人拔罐法的选用	颈椎病的刮痧疗法	治疗各型颈椎病的手法	颈椎病的西式手法治疗
正骨手法安全可靠	颈椎病的正骨手法	第四节 针灸疗法	针灸穴位的选择	针灸的疗效
灸疗法	梅花针、七星针治疗神经根型颈椎病的价值	圆扁针和手法配合疗法	针刺与其他疗法治疗颈椎病的效果	针刺疗法
耳针疗法	单纯灸治法	挑灸疗法	单纯针刺的作用机制及操作方法	小针刀疗法
第五节 西医西药	疼痛不宜盲目用药	治疗颈椎病的常用药物	治疗颈椎病选用的口服西药	颈椎病患者易用药物辅疗
颈椎病的局部应用药物	颈性眩晕的用药	肢体麻木无力的药物	治疗	颈椎病中西医解决方案
第五章 食疗篇	第一节 饮食的原则	饮食调养遵循的原则	要注意饮食	进食要对症
可以无忌口	要吃高营养食品	第二节 宜食疗方法	颈椎病的饮食调养法	颈椎病的食疗法
颈椎骨质增生可同时补钙	强筋壮骨法治颈椎病	温经通络汤可治颈椎病	川芎白芷炖鱼头治颈椎病	神经根型颈椎病的食疗方
椎动脉型颈椎病的食疗方	脊髓型颈椎病的食疗方	肝肾亏虚颈椎病的食疗法	治疗颈椎病的偏验方	可治疗颈椎病的药酒
第三节 滋补药膳	治疗颈椎病常用的药膳	神经根型颈椎病常用的药膳	神经根型颈椎病的药膳疗法	脊髓型颈椎病的药膳疗法
椎动脉型颈椎病的药膳疗法	交感神经型颈椎病的药膳疗法	第六章 其他疗法	第一节 自我牵引疗法	自我牵引疗法
不恰当牵引对治疗颈椎病的不良影响	颈椎牵引需注意的事项	颈椎病的牵引法的种类	家庭牵引疗法的作用	家庭牵引疗法
家庭进行颈椎牵引时应注意的事项	大重量牵引法的操作	大重量牵引法的适应症有哪些	不能用大重量牵引法治疗的病人	自我颈部牵引疗法的注意事项
坐位牵引的牵引法				

# 《不可忽视的颈椎病》

坐位牵引疗法用的工具 坐位牵引的要领 卧位牵引的实施 第二节 其他疗法 颈椎病的生物全息疗法 颈椎病生物反馈疗法的疗效 高压氧对颈椎病的治疗作用 颈椎病的髓核化学溶解法 封闭疗法 治疗颈椎病的扳法 颈椎旋转复位法 寰枢椎旋转复位法 第二节 颈椎病的手术疗法 颈椎病手术前的准备 颈椎病的手术效果 颈椎病的一般手术适应证 颈椎病的手术禁忌证 颈椎病的手术方法 颈椎病的微创手术疗法 食道型颈椎病的手术疗法 糖尿病合并颈椎病治疗要注意的事项第七章 病人护理篇 第一节 颈椎病病人的心理护理 颈椎病患者心理负担的消除 住院期间常用的心理护理方法 第二节 颈椎病病人的家庭护理 常见的护理问题 焦虑时的护理 躯体移动障碍时的护理 自理缺陷时的护理 舒适改变时的护理 有排泄型态改变时的护理 有发生意外可能的护理 第八章 答疑篇

# 《不可忽视的颈椎病》

## 编辑推荐

《不可忽视的颈椎病》由黑龙江科技出版社出版。

# 《不可忽视的颈椎病》

## 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:[www.tushu000.com](http://www.tushu000.com)