

《名家会诊中老年腰腿疼》

图书基本信息

书名：《名家会诊中老年腰腿疼》

13位ISBN编号：9787801881625

10位ISBN编号：7801881621

出版时间：2004-1

出版社：

作者：刘海鹰

页数：200

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

《名家会诊中老年腰腿疼》

内容概要

《名医讲堂:中老年腰腿疼》介绍了：中年以后谨防腰椎病、中年以后谨防腰椎病、老年人腿疼莫轻视三大部分。中年以后谨防腰椎病包括：腰腿痛“钟爱”中老年人、谁的腰腿老得快、哪些人爱“突出”、老年腰痛，查查、分清形形色色的腰腿痛、警惕恶性腰退痛、女人“腰”比男人痛、对付女性腰酸背痛的秘诀、不可小看高跟鞋、腰椎病缠上“健身族”、人到中年小心运动伤害、站有站相，坐有坐相。腰椎间盘突出症按摩疗法包括：腰腿痛应首选传统疗法、按摩不当易伤腰椎、谁手术时就手术、老人最宜“伸懒腰”、“倒行”缓解腰腿痛、不要忍着腰痛过日子。老年人腿疼莫轻视包括：腿痛——骨关节病变的信号、腰腿痛也要做化验检查？、“钢筋铁骨”不可缺钙、骨质疏松与补钙六误区、腰腿痛的药物治疗等。

《名家会诊中老年腰腿疼》

书籍目录

中年以后谨防腰椎病 专家忠告：腰腿痛“钟爱”中老年人 谁的腰腿老得快 哪些人爱“突出”
老年腰痛，查查 分清形形色色的腰腿痛 警惕恶性腰腿痛 女人“腰”比男人痛 对付女性腰酸背痛
的秘诀 不可小看高跟鞋 腰椎病缠上“健身族” 人到中年小心运动伤害 站有站相，坐有坐相
腰椎间盘突出症按摩疗法 专家忠告：腰腿痛应首选传统疗法 按摩不当易伤腰椎 该手术时就手术
老人最宜“伸懒腰” “倒行”缓解腰腿痛 不要忍着腰痛过日子老年人腿疼莫轻视 专家忠告：
腿痛——骨关节病变的信号 腰腿痛也要做化验检查？ “钢筋铁骨”不可缺钙 骨质疏松与补钙六
误区 腰腿痛的药物治疗 关节炎患者要“动起来” 练太极拳需防膝关节损伤 天寒慎防“老寒腿”
” 健康生活习惯胜过药物治疗

《名家会诊中老年腰腿疼》

章节摘录

中年以后谨防腰椎病 主讲人 刘海鹰：北京大学人民医院脊柱外科主任，师从我国著名骨科专家冯传汉教授，曾赴德国Hessing骨科医院和全德脊柱外科中心医院学习工作多年，长期从事脊柱外科的临床与研究，对腰椎退变性疾病的诊治有着丰富的临床床经验。王会民：北京大学人民医院脊柱外科博士，曾先后从事骨关节临床实践与基础研究，以及外科急诊和骨创伤科临床工作，擅长对骨关节病和创伤、脊柱疾患的诊治，尤其在康复治疗骨关节病及脊柱疾患方面有较丰富的经验。

主持人：观众朋友大家好，这里是“健康之路”直播现场，今天咱们聊的话题是防治中老年腰椎疾病。我们在以前的节目当中，也曾经向大家介绍过腰椎疾病这方面的情况。一提到腰椎疾病，大家可能都知道，腰椎疾病很大原因是因为退行性变化所引起的。因为人过中年之后，腰椎的关节和椎间盘都会发生退行性变化。很多中老年朋友都有过腰腿痛的经历，一提自己的腿痛，很容易就想到是不是自己下肢关节出现了问题，其实腰椎疾病也会引起腿疼的现象。在今天的节目当中，两位专家就要跟我们谈一谈这方面的话题。先来介绍一下，两位到场专家，他们都来自北京大学人民医院脊柱外科。一位是刘海鹰主任，一位是王会民博士。今天咱们谈的话题是中年以后谨防腰椎疾病，那么腰椎退行性变化是怎么回事呢？

《名家会诊中老年腰腿疼》

媒体关注与评论

书评本书向读者介绍了腰腿疼的形成原因和预防过度损伤的措施，文字简洁、图文并茂、简单实用，可以使你在愉快工作的同时锻炼身体，远离腰背疼痛。

《名家会诊中老年腰腿疼》

编辑推荐

中年以后谨防腰椎疾病，腰椎间盘突出症按摩疗法，老年人腿疼莫轻视。

《名家会诊中老年腰腿疼》

精彩短评

- 1、不错,讲得容易懂,算是不错的科普书.至少我们家老太太可以看得懂.就是不知道中间的专业会不会有托的角色.
- 2、好书,推荐阅读。
- 3、还行
没事看看
给我爸说说
- 4、虽然是很早之前的视频内容依然管用

《名家会诊中老年腰腿疼》

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