

# 颈椎病的预防保健

金川集团职工医院康复科 王玉峰

# 颈椎病

颈椎病是怎么回事？



搜狐健康

health.sohu.com

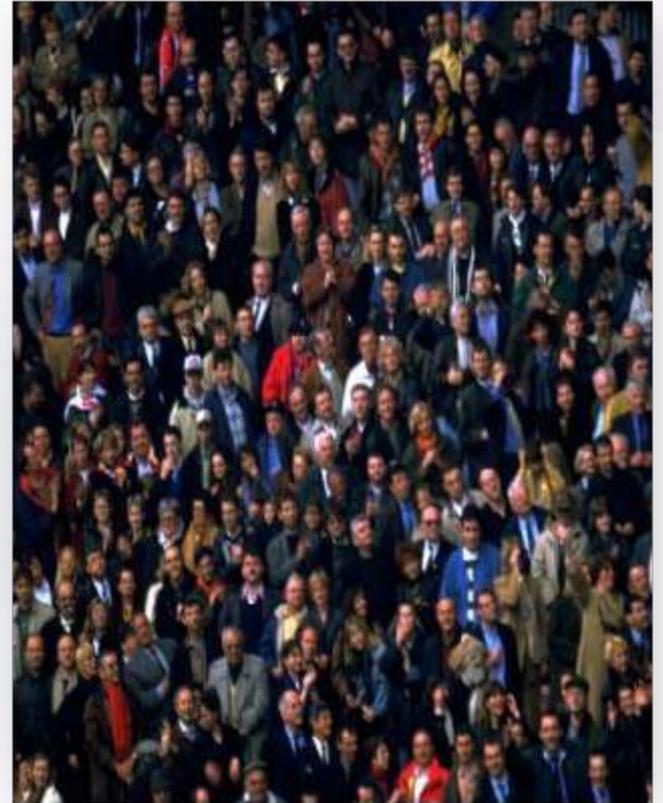
彻夜不眠  
头晕  
恶心  
酸痛  
上肢麻木

呕吐  
僵硬  
头痛  
酸胀



## 发病率

- 据调查，颈椎病发病率高达7 - 10%
- 长期伏案工作的人颈椎病发病几率是非低头工作人群的4 - 6倍。
- 在50岁左右的人群中大约有25%的人患过或正患此病，60岁左右则达50%





01

颈肌型颈椎  
病

02

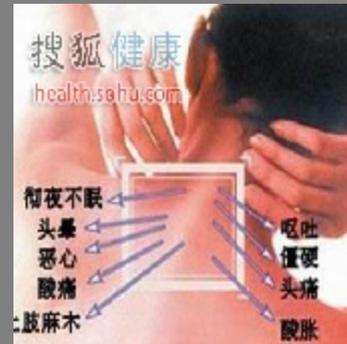
神经根型颈  
椎病

03

椎动脉型颈  
椎病

04

交感型颈椎  
病



05

脊髓型颈椎  
病

06

混合型颈椎  
病

07

其他型

2. 颈椎病有哪些  
表现

颈椎病症状复杂  
多样，七型各异



- 1 颈型(颈肌型)：  
主诉颈、肩疼痛等异常感觉，并伴有相应的压痛点。特征是颈部僵硬、不舒服、疼痛，以及活动不灵活，这也是最常见的一种类型。X线表现曲度改变，或轻度增生。

颈椎病有哪些表现

颈椎病症状复杂多样，七型各异



## 2.颈椎病有哪些表现 颈椎病症状复杂多样，七型各异

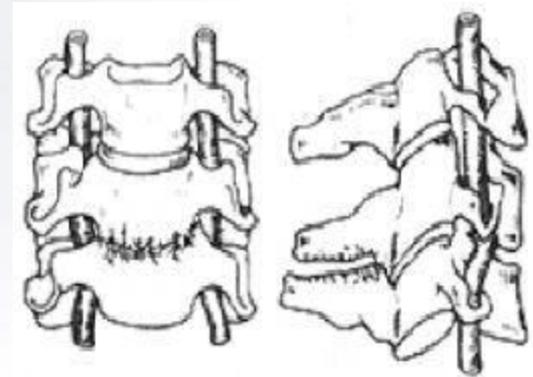
- 2 神经根型：  
颈后疼痛，肩胛区疼痛,手臂疼痛、麻木,握力减弱，有时连拿杯都觉得没有力，病情严重时，整夜疼痛难于入睡。

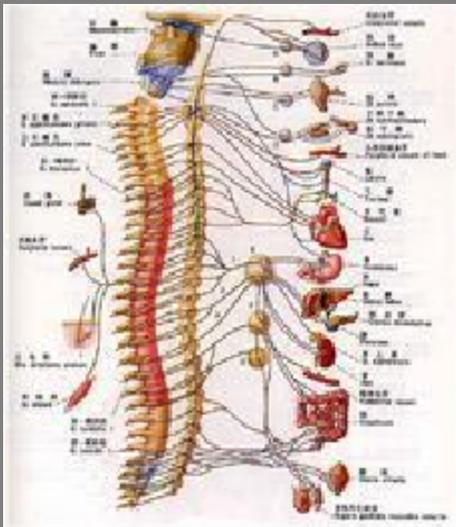
### 3 椎动脉型：

病人的征状是头昏、头晕、偏头痛，颈部酸困疼痛。低头、仰头或颈部转动时可诱发头晕。

颈椎病有哪些表现

颈椎病症状复杂多样，七型各异





2.颈椎病有哪些表现

## 颈椎病症状复杂多样 ，七型各异

- 4 交感神经型：  
临床表现为头晕、眼花、耳鸣、  
恶心、呕吐、心慌、心前区疼  
痛等一系列交感神经症状。

## 2.颈椎病有哪些表现

颈椎病症状复杂多样，七型各异

### (5) 脊髓型：



01

单侧或双侧下肢发麻无力，抬步沉重，步态笨拙，走路走偏，行走困难。

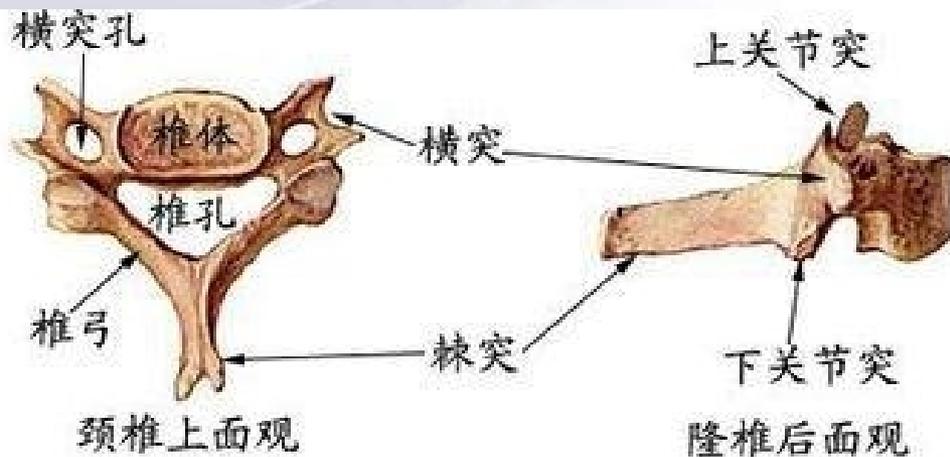
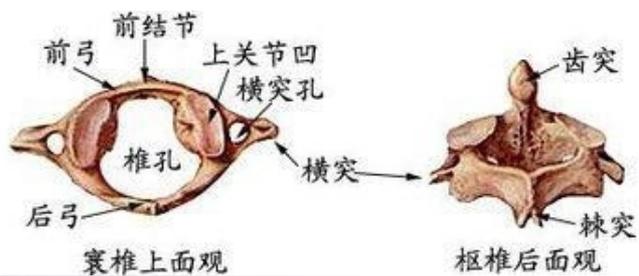
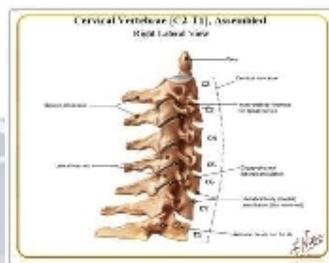
- 上肢可出现麻木或无力，手持物易坠落。
- 后期可出现大小便功能障碍。

02

- 混合型

03

- 其他型.....3.病因



### 颈椎病病因 (1-4)

颈椎退行性改变：随年龄增加不可避免，最根本的内因。

## 颈椎病病因 (1-4)



慢性劳损：工作姿势、睡眠体位、不当锻炼等。  
这是最主要的外因,劳损加速了颈椎的退变。

积劳性损伤。

“

急性外伤。颈部肌肉、筋膜、韧带损伤，颈椎间盘突出，颈椎小关节脱位，脊髓损伤。

颈椎病病因 (1-4)



以上内容仅为本文档的试下载部分，为可阅读页数的一半内容。如要下载或阅读全文，请访问：<https://d.book118.com/368120130001007001>