

# 颈椎病的康复

(Rehabilitation of Cervical Syndrome)



The top of the slide features a decorative header with six circles arranged in two groups of three. The first group on the left consists of a solid light purple circle, a white circle with a light purple outline, and another solid light purple circle. The second group on the right consists of a solid light purple circle, a white circle with a light purple outline, and another solid light purple circle.

## 一、概述

- 颈椎病是一种进展缓慢的颈椎退行性疾病，多见于中老年人。主要是随着年龄增长，**颈椎间盘变性，颈椎骨质增生，刺激或压迫**了周围神经、血管等组织而引起相应的一系列临床表现。
- 颈椎病发病率高，约为10%。40~60岁为好发年龄，女性略多于男性。

# 一、概述

## 颈椎病定义：

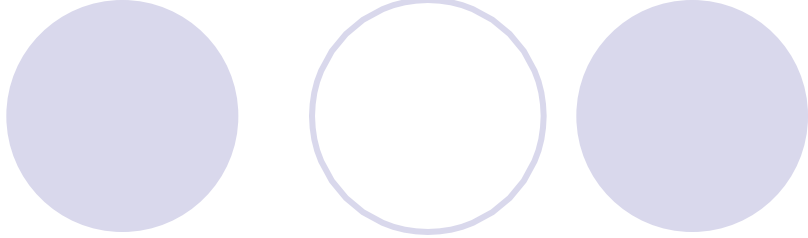
颈椎病又称**颈椎综合症**，可发生于中老年人，也可发生于**青年人**，是由于人体颈椎间盘逐渐地发生退行性变、颈椎骨质增生或颈椎正常生理曲线改变后**刺激或压迫颈神经根、颈部脊髓、椎动脉、颈部交感神经**而引起的一组综合症状。

# 一、概述

- 颈椎病可诱发多种疾病，所侵害的部位可涉及周围的**脊髓、神经、血管**等多种重要组织，进而诱发多种特异性表现。



## 二、病因

- 病因多样
  - 病理过程复杂
- 



# 颈椎病发生原因



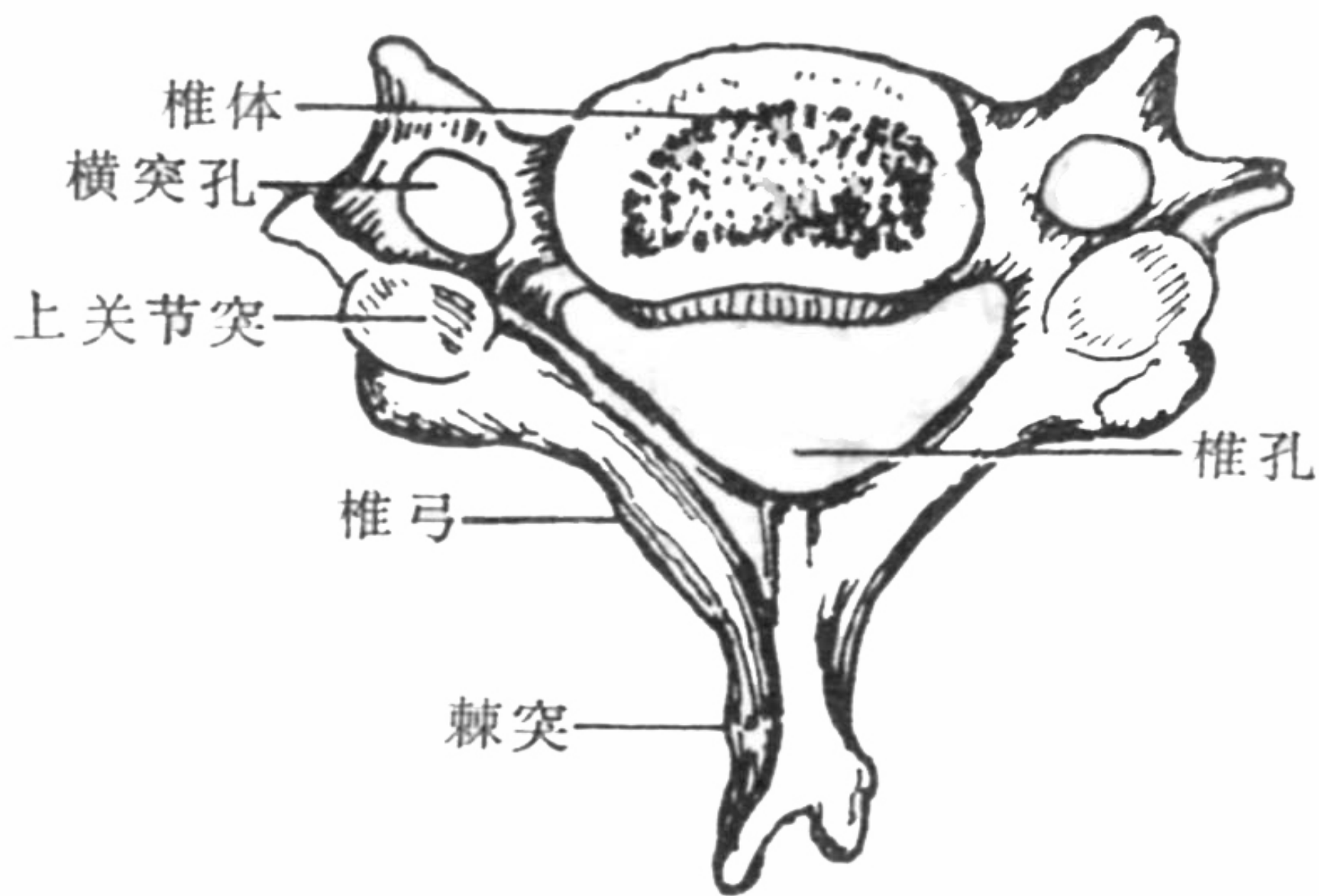
颈椎病形成是一个慢性的、在较长时间内形成的病理过程。

长期伏案工作、坐姿不当、颈部长期受风寒、慢性劳损、反复落枕、外伤及陈旧性损伤、年龄老化椎间盘生理性退变、颈椎先天性畸形、外伤、不适当的治疗和锻炼等，是其发病的原因。

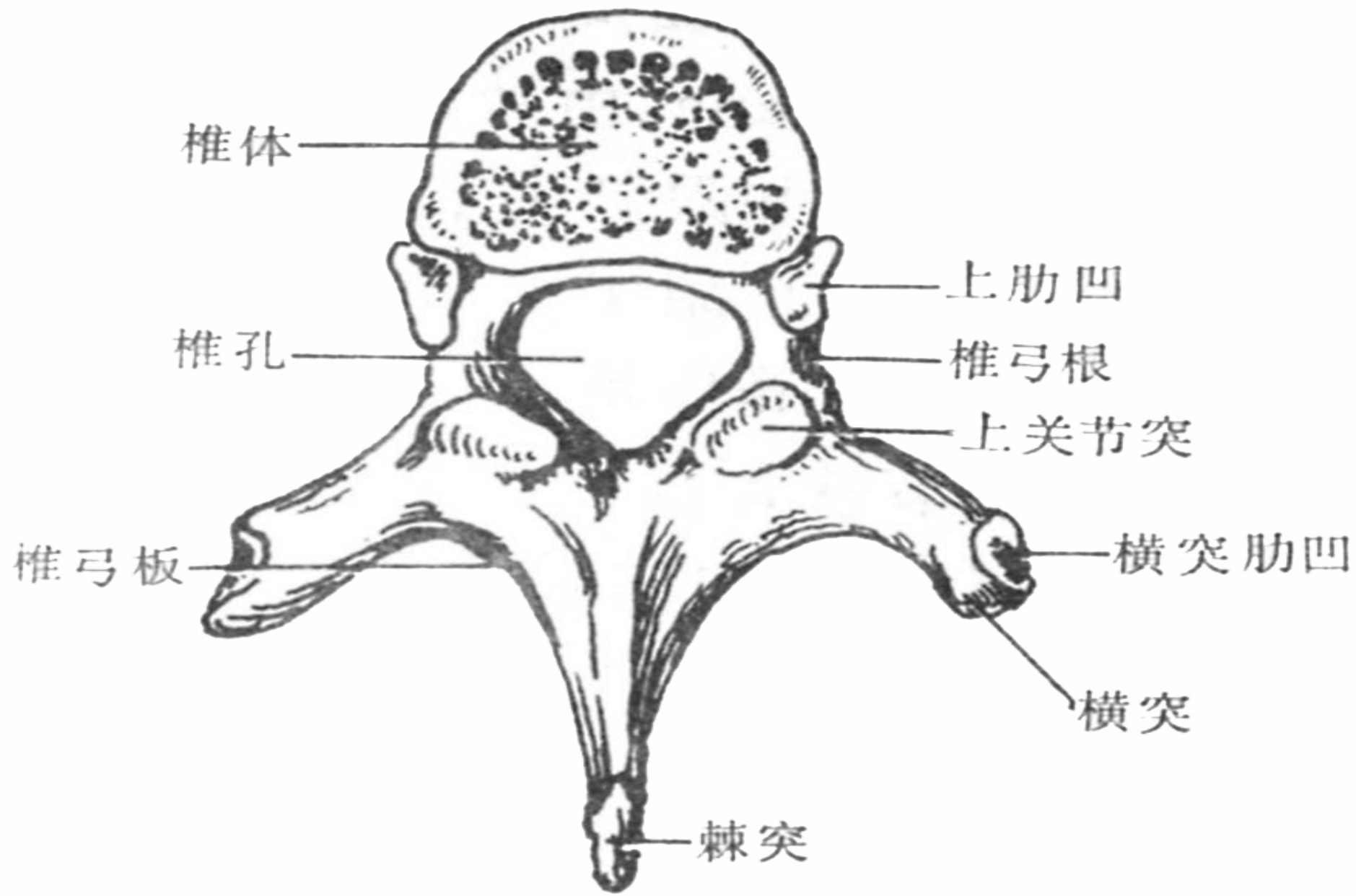
## 颈椎的生理特点：

- 脊柱的颈段由七个椎体和六个椎间盘组成。**颈椎是脊柱各椎中体积最小，最灵活的椎节。**要支撑头颅的重量，还要适应眼、耳、鼻等功能需要做头部的伸、屈、旋转等运动。
- 人的**头颈部活动范围最大，也最易受损伤。**其中颈椎5~6受累最严重，4~5、6~7次之。

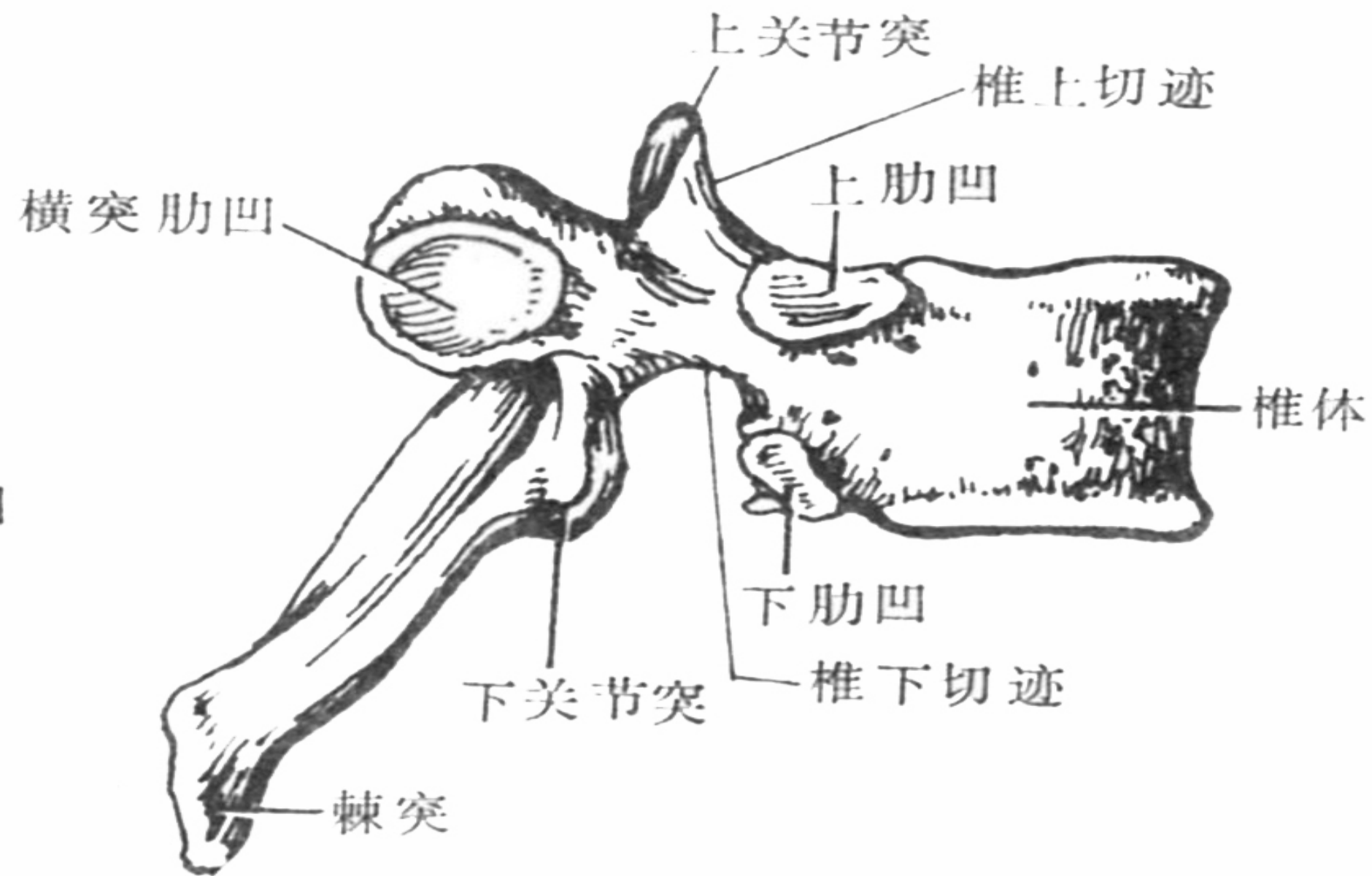




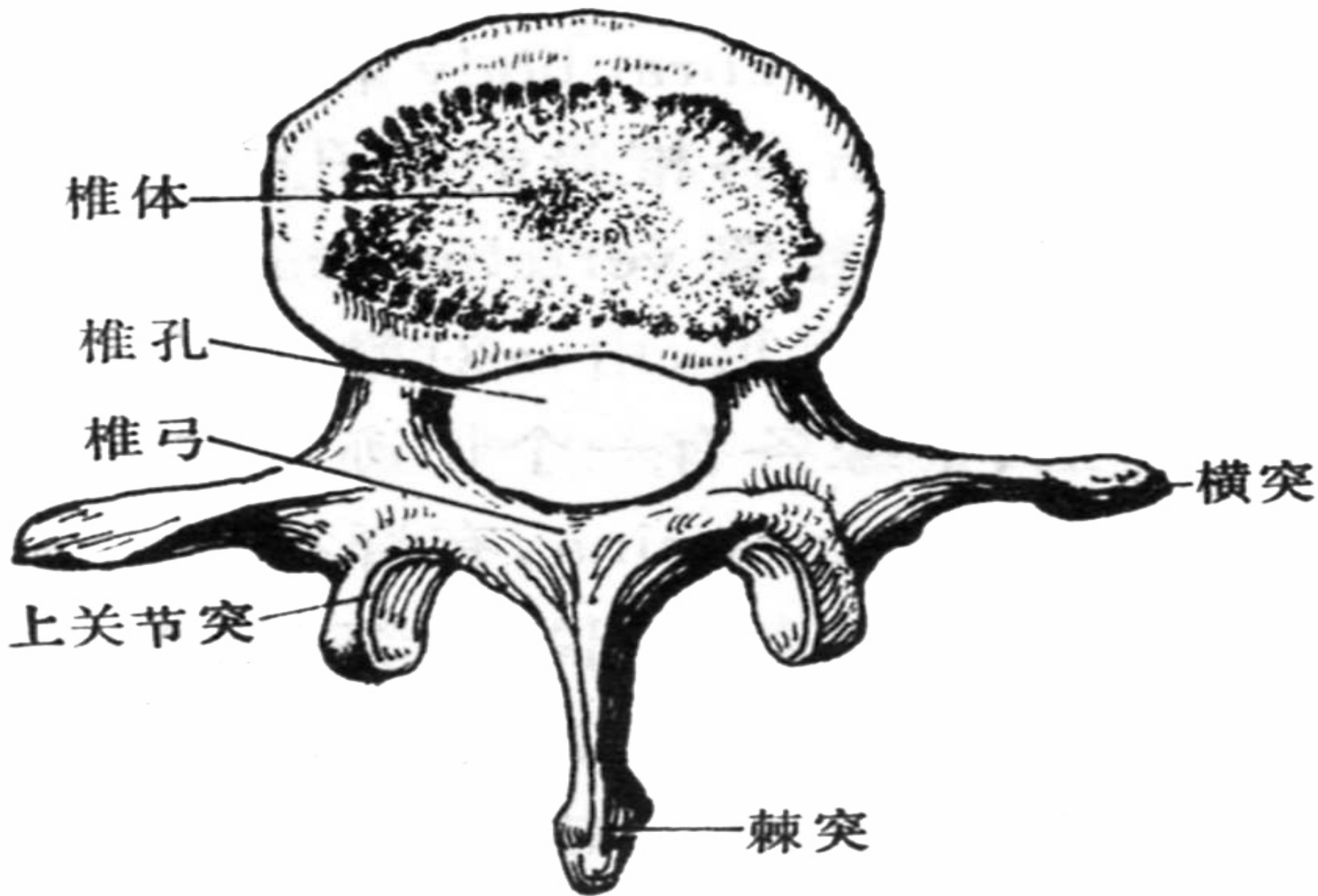
颈椎



上面



侧面



上面

上关节突

椎上切迹

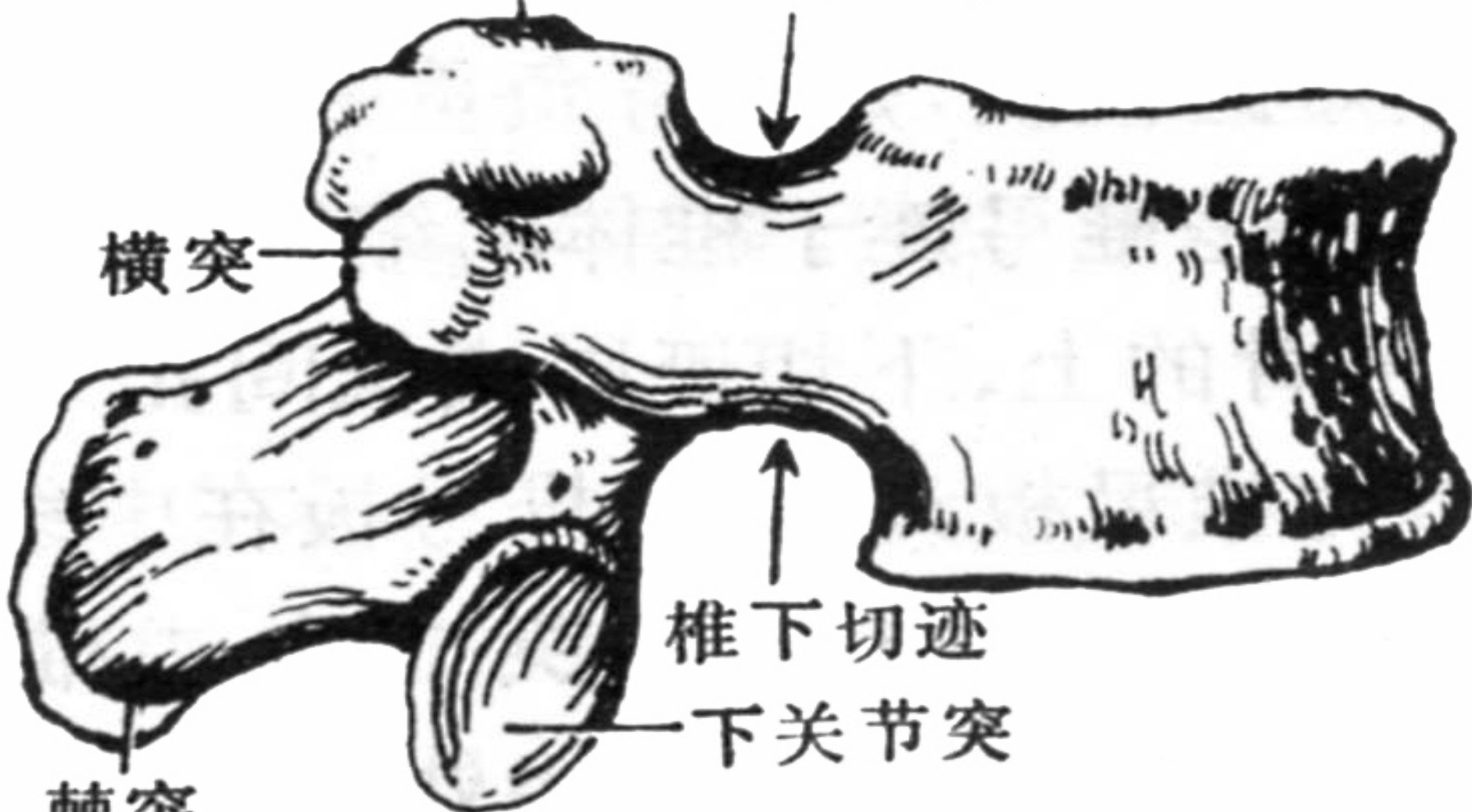
横突

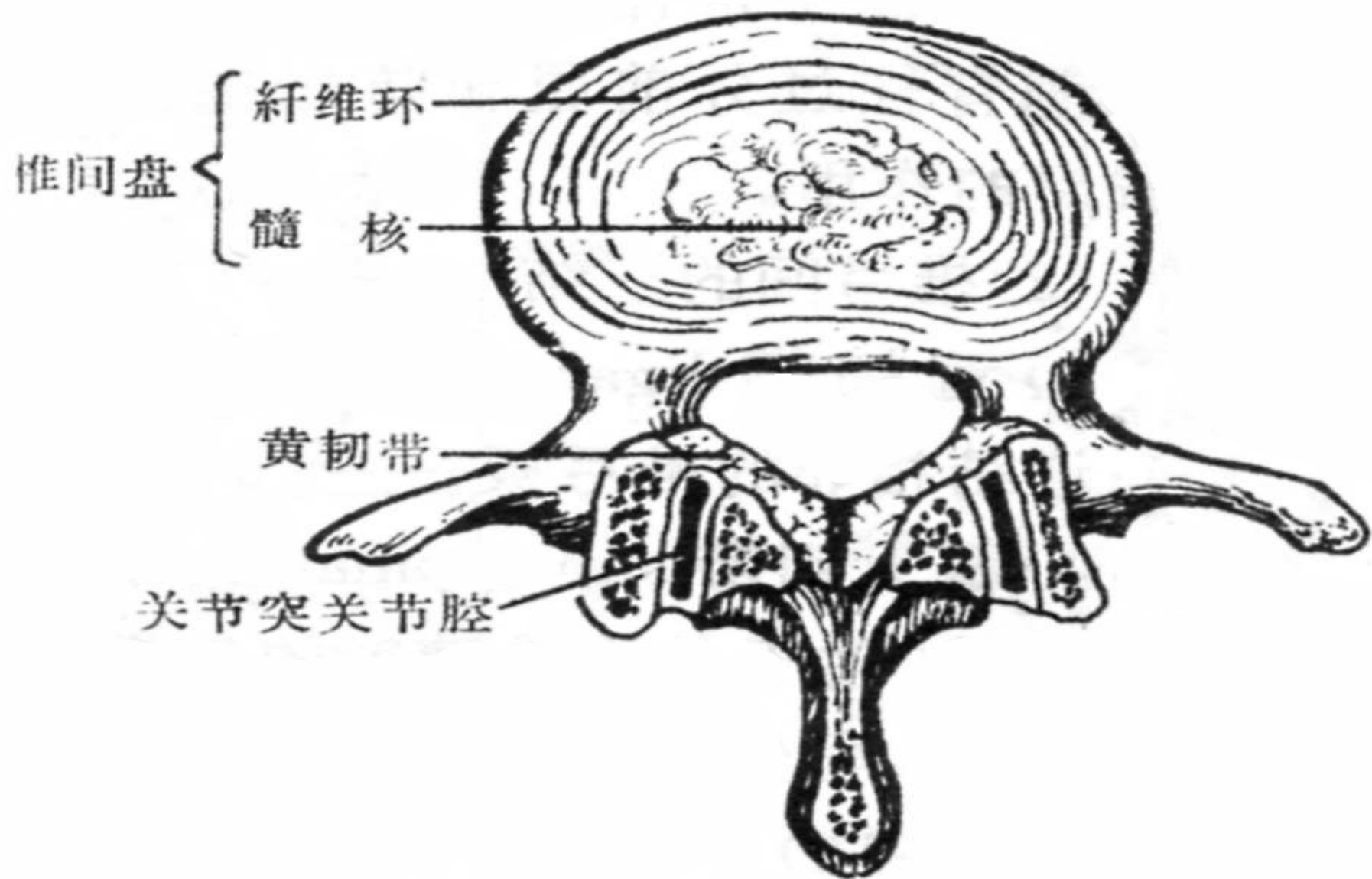
棘突

椎下切迹

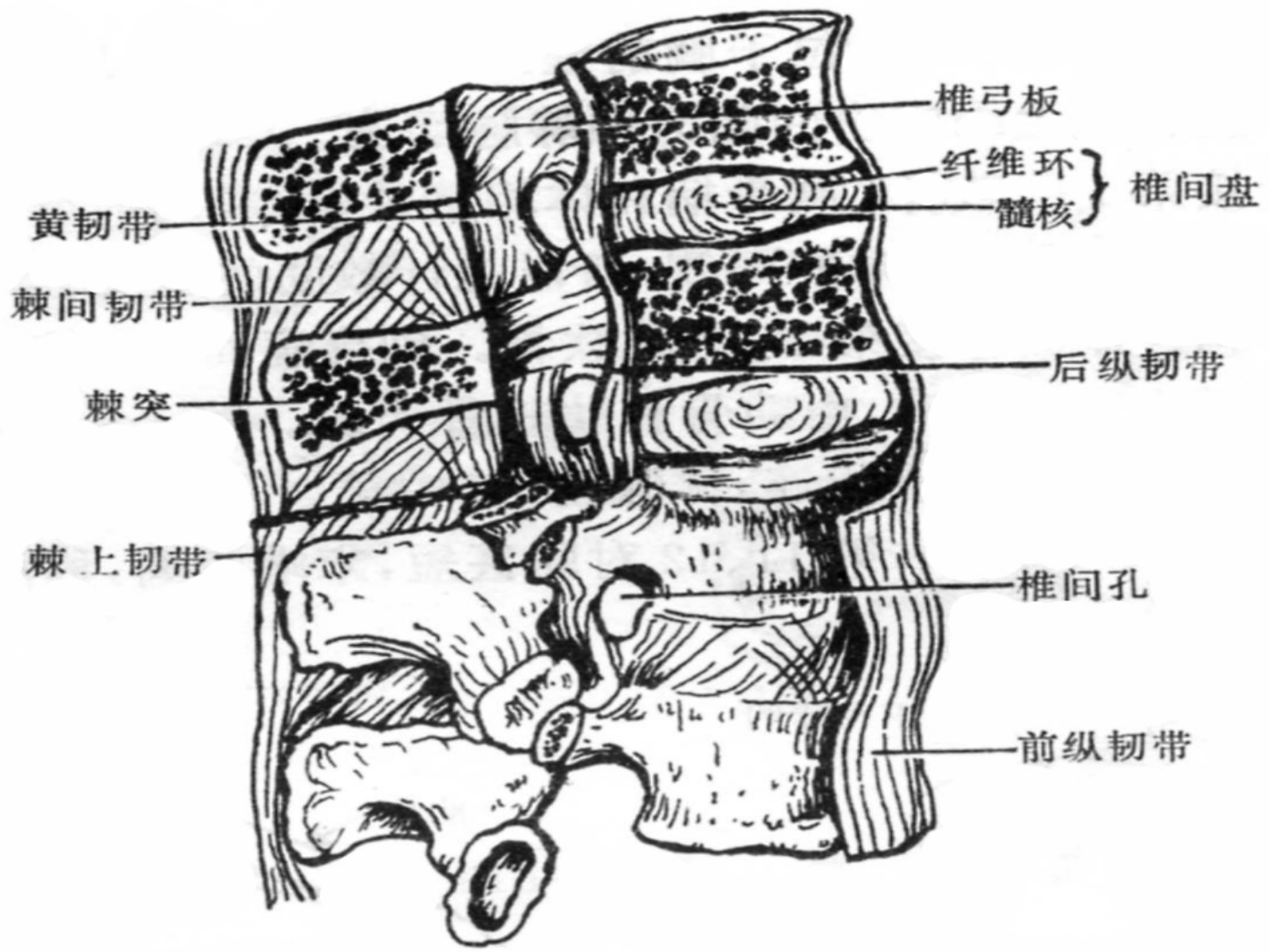
下关节突

侧面





椎间盘和关节突关节



脊柱的韧带

# 三、临床表现

- 神经根型
- 脊髓型
- 椎动脉型
- 交感型
- 混合型
- 颈型



# 1. 神经根型

- 占60%以上，最常见类型。颈椎增生，椎间盘突出。
- 颈椎间盘向后外侧突出或椎体后外缘骨质增生，因而压迫或刺激颈神经根所致。
- 表现颈肩痛伴单侧或双侧上肢麻木，颈活动时加重并活动受限。严重者可影响ADL能力。

## 2. 脊髓型

- 约占0~15%，是颈椎病中**最重**的一种类型，易误诊和漏诊。可因颈椎病病变（膨出、突出、脱出）**压迫脊髓**而产生症状。
- 多为颈椎间盘突出或椎体后缘骨赘**压迫脊髓**所致，亦可因各种原因造成的**椎管狭窄**使脊髓受到反复磨损或发生脊髓血供障碍而发病。

## 2. 脊髓型

- 主要表现为**颈背肩痛**，但疼痛程度与头颈活动受限轻重不一；常伴有**四肢麻木、肌力减弱或步态异常及感觉障碍**；严重者发展至四肢瘫痪、小便潴留、卧床不起。
- 此类型致残率高，严重者可致瘫痪，应重视。

### 3.椎动脉型

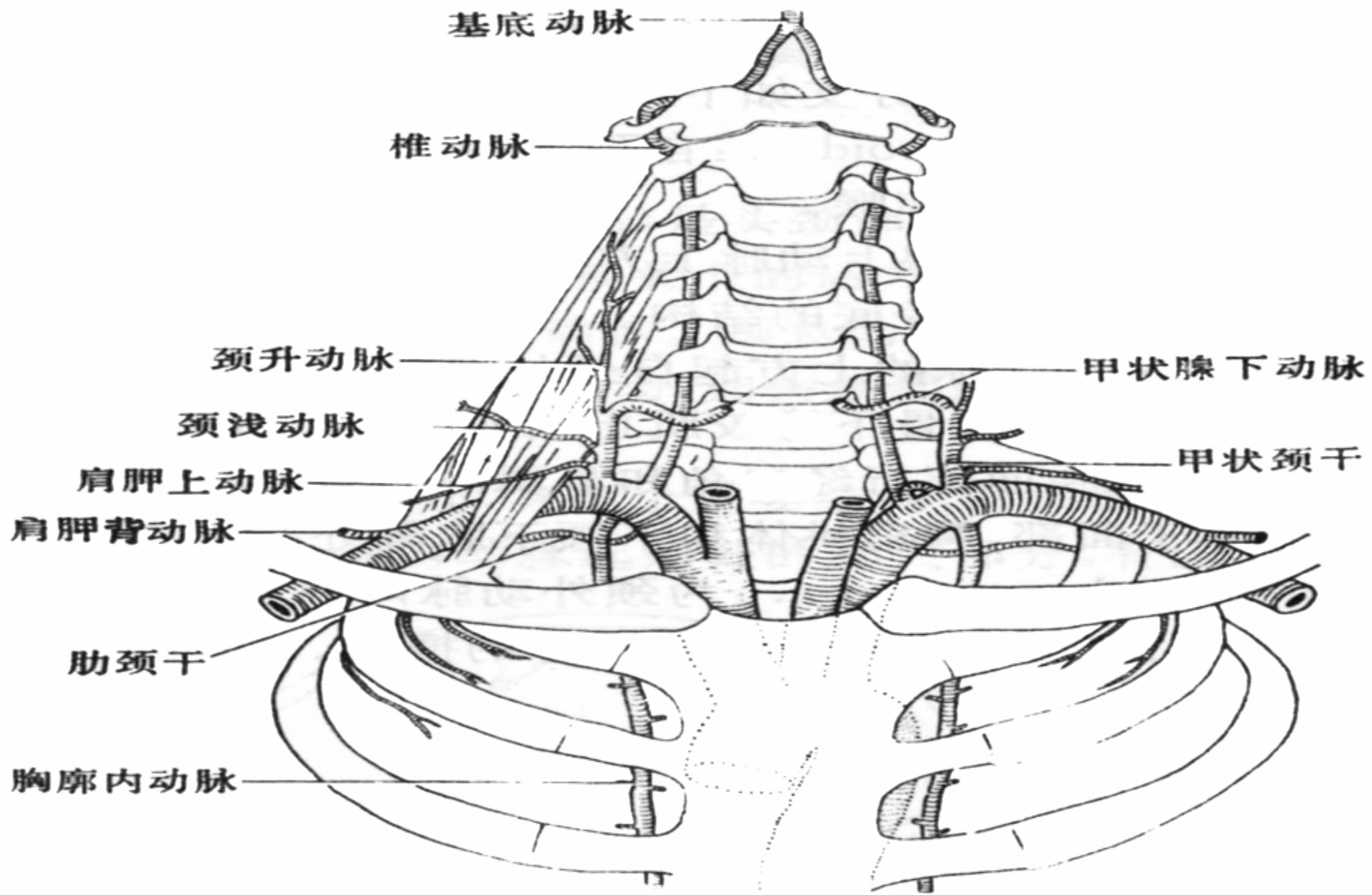
占10~15%。此型为**椎动脉**受到骨刺压迫或受到刺激而发生痉挛，造成瞬间或长期血管腔变窄，因而供血不足（椎基底动脉）所致。

**短暂阵发性眩晕**为主要症状。伴颈肩或颈枕部疼痛，可出现耳聋、耳鸣、视物不清、行走不稳等症状。

# 3.椎动脉型

## 椎动脉支配区域:

- 由两侧锁骨下动脉发出;
- 两侧联合成为基底动脉, 其末端分为两条大脑后动脉, 供应半球的后**2/5**;
- 椎-基底动脉在颅内发出分支至小脑、脑桥、耳, 供应小脑及脑干。



锁骨下动脉及其分支

## 4. 交感神经型

- 此型为**颈部交感神经受到激惹所致**，可表现为交感神经兴奋症状或抑制症状，而且涉及多系统、多器官。
- 出现交感神经兴奋或抑制症状。头痛、偏头痛、视物模糊、手麻、血压不稳、心慌、胸闷等。

## 5.混合型



- 颈椎病的临床表现变异很大，上列两型以上症状和体征同时存在者。临床上较难截然分开。
- **临床以此型为多。**



## 6. 颈型

- 仅有颈部酸困不适、疼痛、板滞甚至僵硬等症状。

## 四、主要功能障碍

- **神经根型**主要功能障碍为 upper limb、手的麻木、无力等，严重者可影响ADL能力。
- **脊髓型**依严重程度，可能表现为四肢麻木、无力、步态异常、影响上下肢功能，严重者可能截瘫。
- **椎动脉型**不影响四肢功能，轻度影响生活和工作，但头晕严重者亦可影响ADL能力。
- **交感型及颈型**不影响四肢功能。

# 五、康复评定



1、临床表现与X平片检查

2、常规检查：病史、症状、体征。如颈肩肌肉紧张、头颈部活动受限、疼痛程度、皮肤感觉障碍等。

### 3、特征性检查：

**(1) 压顶实验：** 压挤椎间孔，引发症状出现或加重。患者取坐位，检查者站后，双手放在患者头顶向下压。若出现一侧或双侧手臂痛、麻者为阳性。

**(2) 臂丛牵拉试验：** 患者坐位，检查者站一侧，一手抵患者头颞顶部，一手握患者手腕，向反方向牵拉，如患者上肢出现痛、麻者为阳性。

# 1. 神经根型颈椎病评价

- 采用日本学者田中靖久等人的评价方法，该方法全面实用，正常值为20分。见教材表5—9。

## 2. 脊髓型颈椎病评价

- 采用日本脊髓型颈椎病评价表，见教材表5—10，正常分值17分。

# 六、康复治疗

## 康复目的：

1. 减轻颈神经根、椎动脉、交感神经的受压和刺激；
2. 解除神经根的粘连和水肿；
3. 缓解颈、肩、臂肌痉挛；
4. 增强颈部肌肉力量，保持颈椎稳定

# 康复治疗的原则

- 针对各型特点，采用适当的**综合治疗**，要求病人积极配合，坚持足够疗程，并注意**消除工作和生活上可能加重病情的因素**。



# (一) 颈椎牵引疗法

**作用：**解除颈肌痉挛；解除神经根的刺激压迫。牵引使椎管延长，利于逸出的椎间盘复位，促进颈椎正常功能的恢复。

是常用而有效的治疗方法。主要适用于**神经根型**患者，其他类型患者亦可试用。

## (二) 佩戴颈部矫形器

- 围领与颈托可起到**制动与保护**作用，有助于缓解症状和组织修复，是一辅助治疗措施。
- 通常适用于**急性发作期**或症状较重，而疗效不巩固的病人，但戴用时间不宜过久。

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/617061022054006146>