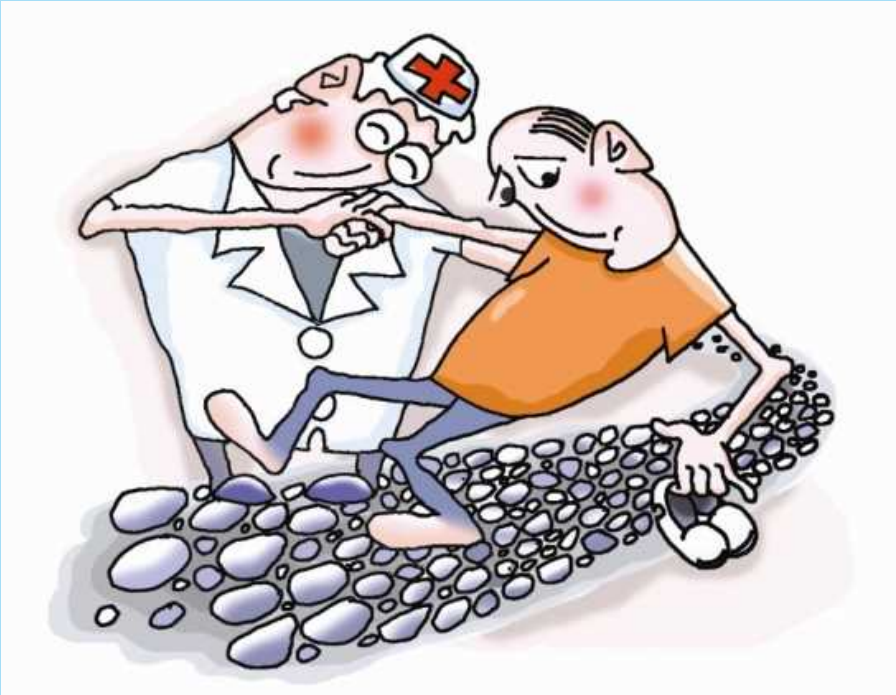
骨质增生

目录

- 骨质增生的含义
- 骨质增生形成原因
- 骨质增生部位与症状
- 骨质增生的日常养护

什么是骨质增生？

骨质增生

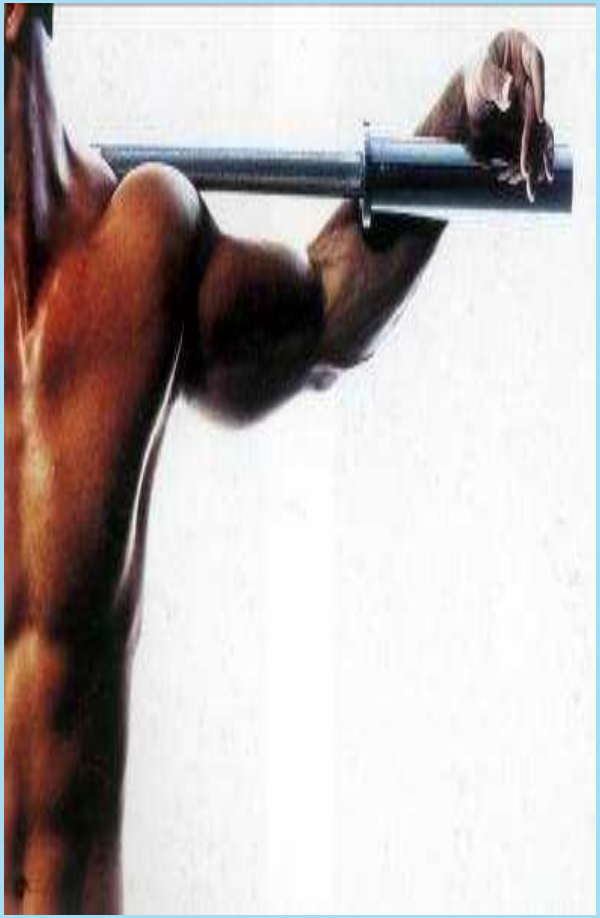


- 是软骨、椎间盘、韧带等软组织变性、退化，关节边缘形成骨刺，滑膜肥厚等变化，而出现骨破坏，导致关节变形，当受到异常载荷时，引起关节疼痛，活动受限等症状的一种疾病。

认识骨质增生

- 骨质增生也叫骨刺。又称为增生性骨关节炎、骨性关节炎、退变性关节病、老年性关节炎、肥大性关节炎。





哪些人容易有骨质增生？

- **多发于45岁以上的中老年人。**

- 常用腰部活动的重体力劳动者、运动员等职业易患此病。

骨质增生的形成原因

骨质增生病因——年龄



- 有资料显示，从20岁开始约5%的人关节就有退行性改变，40岁时几乎90%的负重关节都有或多或少的骨质增生改变，所以，与骨质增生有关的最重要因素就是年龄增长。

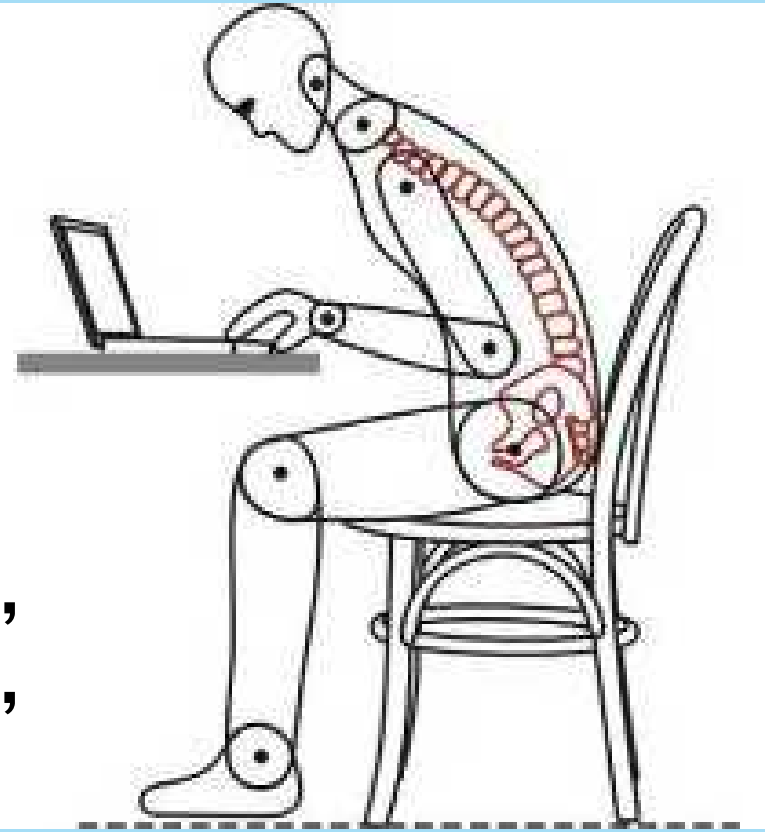
骨质增生病因——职业

- 长期反复使用某些关节，可引起这些关节患病率的增加。
- 驾驶员的肩关节
- 芭蕾舞演员的跖趾关节
- 长期从事打字、伏案工作者的颈椎关节。



骨质增生成因——不良姿势

- 长期伏案工作者、睡眠姿势不良、枕头不合适者颈椎骨质增生的发病率特别高。
- 由于韧带和关节的常期平衡失调，力量大的一侧很容易造成不同程度的损伤，并由于部分肌肉呈持续紧张状态，久之，肌肉发生静力性损伤，进而引起骨质增生。



骨质增生成因——性别

- 调查发现，在50岁以前女性比男性的发病率高2倍，但50岁以后两性之间基本相等。



骨质增生成因——体质因素

- 体重增加使本已磨损的退化关节再加上重荷，就更容易破坏。
- 所以骨质增生多发生于负重较大的髋、膝、跟骨、腰椎等部位。



骨质增生成因——中医分析

- 外伤
- 劳损
- 瘀血阻络
- 感受风寒湿邪
- 痰湿内阻
- 肝肾亏虚等



常现部位及症状

1 颈椎骨质增生

- 骨刺压迫血管直接影响血液循环。颈背疼痛、上肢无力、手指发麻，头晕、恶心甚至视物模糊，吞咽模糊。
- 如骨刺伸向椎管内，压迫了脊髓，还可导致走路不稳，瘫痪、四肢麻木、大小便失禁等严重后果。
- 常见颈部有强硬的感觉、活动受限、颈部活动有弹响声，疼痛常向肩部和上肢放射，手和手指有麻木、触电样感觉，可因颈部活动而加重。严重者还会引起颈椎病性高血压、心脑血管疾病、胃炎、心绞痛、吞咽困难等。

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/276001132100010031