

腰椎间盘突出运动治疗与 康复效果

汇报人：小无名

目录

01

单击添加目录项标题

02

腰椎间盘突出概述

03

运动治疗在腰椎间盘突出中的应用

04

康复效果的评价指标

05

运动治疗与康复效果的实证研究

06

运动治疗的注意事项与风险防范



01

添加章节标题

02

腰椎间盘突出概述

病因与病理

- 病因：主要包括长期坐姿不正、重体力劳动、外伤等。
- 病理：腰椎间盘突出退行性变，纤维环破裂，髓核突出压迫神经根。
- 症状：腰痛、坐骨神经痛、下肢麻木等。
- 病理过程：急性期、亚急性期、慢性期，可能伴随炎症反应和神经根水肿。
- 腰椎间盘突出与脊柱稳定性的关系：腰椎间盘的完整性和脊柱稳定性密切相关。

症状与体征

- 腰痛：最常见，表现为持续性钝痛或牵扯样痛。
- 坐骨神经痛：从腰部放射至大腿后侧、小腿外侧至足跟或足背。
- 马尾综合征：表现为会阴部麻木、大小便功能障碍、性功能障碍等。
- 腰椎活动受限：前屈后伸、侧弯等动作受限。
- 脊柱侧凸：为代偿性姿势，有不同程度腰脊柱侧凸。
- 肌肉萎缩或肌力下降：神经根受压日久出现神经麻痹。

诊断与评估

- 影像学检查：如MRI、CT等，用于明确病变程度和位置。
- 神经系统检查：评估运动、感觉和反射功能，判断神经受损情况。
- 症状评估：询问患者疼痛、麻木等症状，了解病情严重程度。
- 功能评估：通过特定动作测试，评估患者腰椎活动度和肌肉力量。
- 康复效果评估：定期评估患者康复情况，调整治疗方案。

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/408050071126006072>