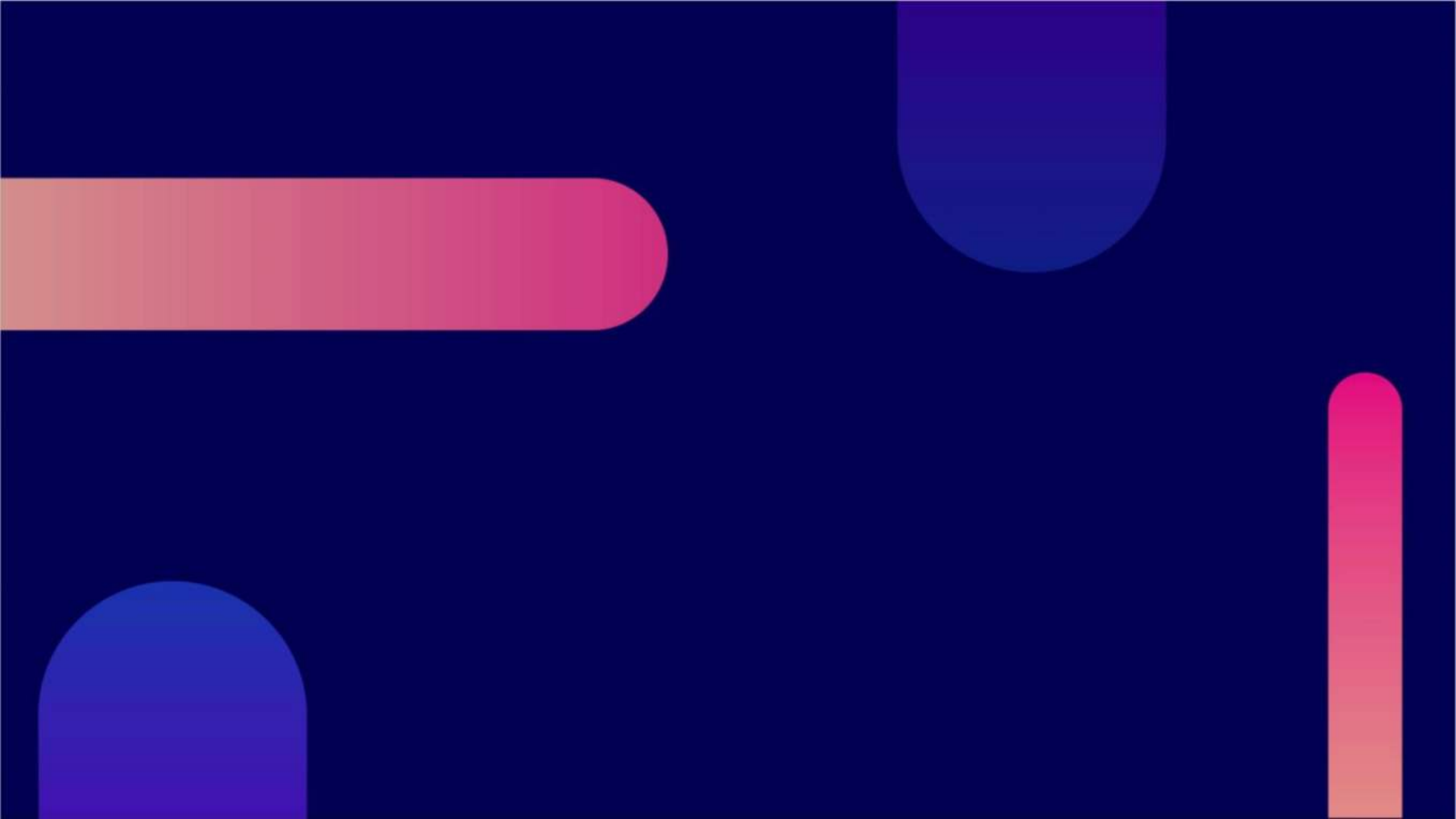




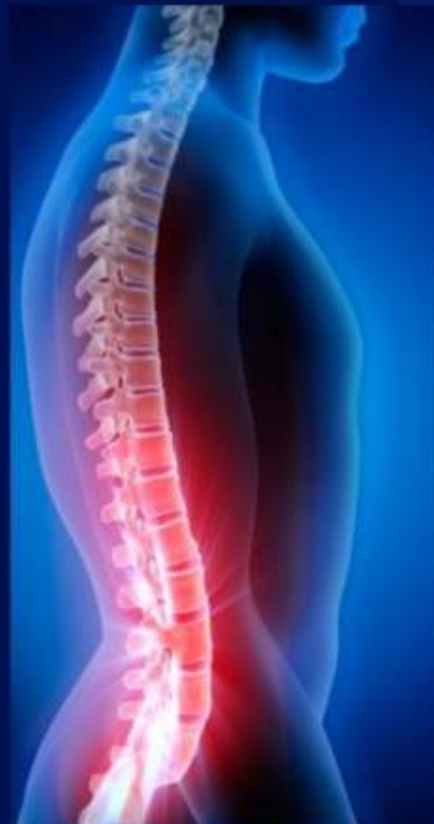
目录

- 腰部损伤概述
- 腰部损伤的症状与诊断
- 腰部损伤的治疗
- 预防腰部损伤的措施
- 腰部损伤的康复训练





腰部损伤的定义



01



02





腰部损伤的分类

急性腰部损伤

由于突然的外力或过度用力引起的腰部肌肉、韧带等组织的撕裂或断裂。



腰椎间盘突出

由于腰椎间盘突出退行性变和外力作用，导致腰椎间盘突出纤维环破裂，髓核突出压迫神经根或脊髓引起的症状。



慢性腰部损伤

由于长期重复性劳作或不良姿势引起的腰部肌肉、韧带的疲劳和炎症。





腰部损伤的原因



01

外力作用



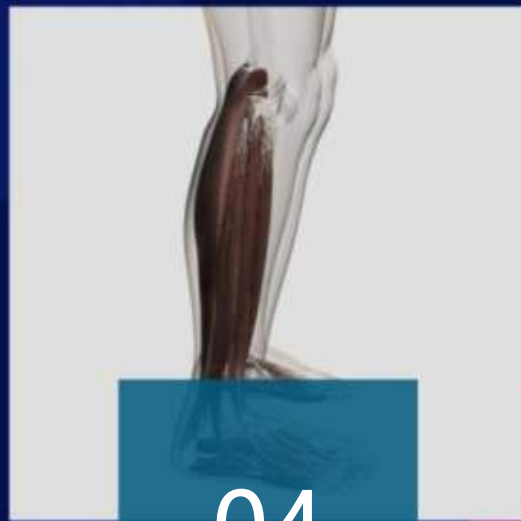
02

长期劳损



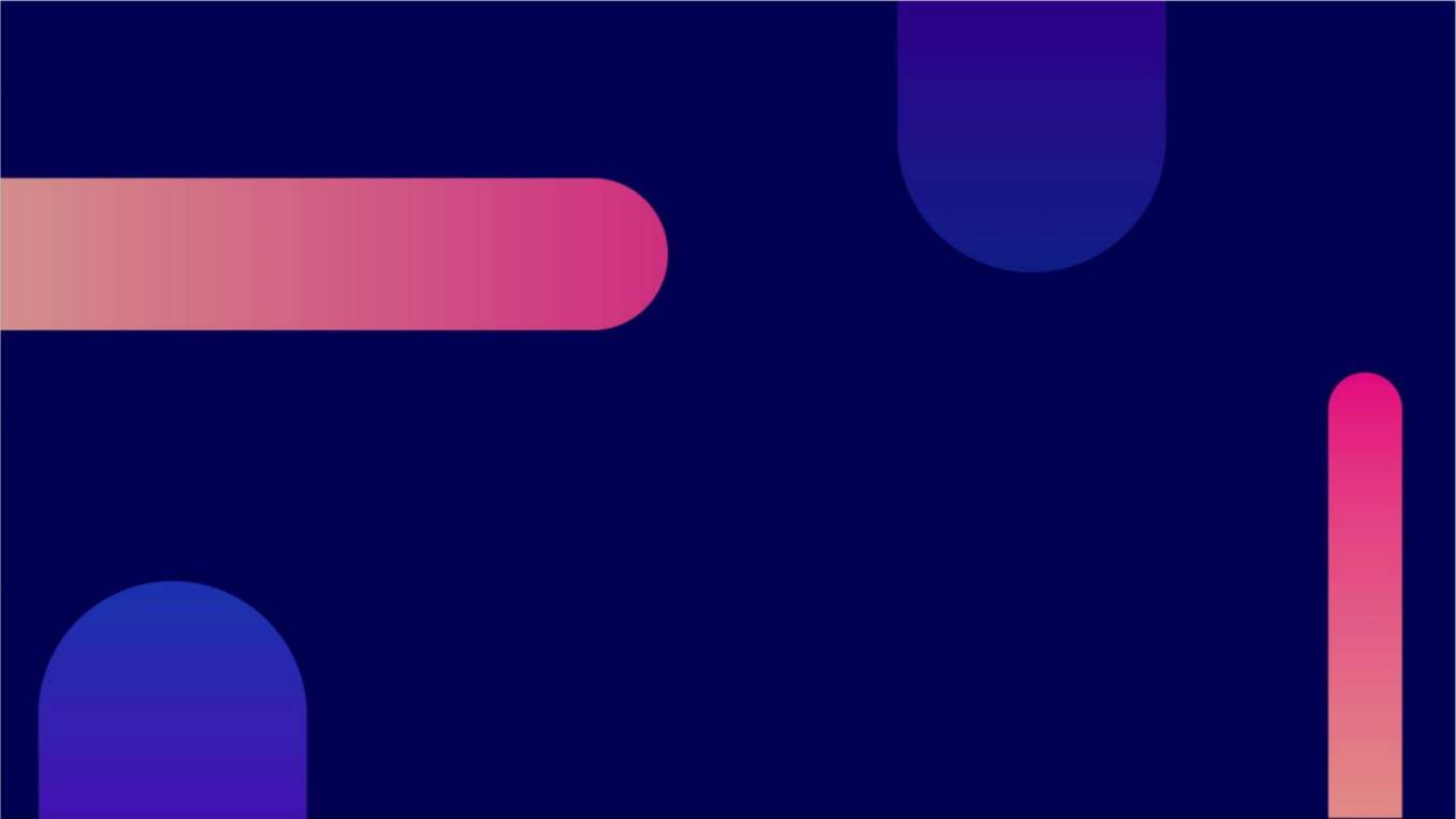
03

骨质疏松



04

其他疾病





腰部疼痛



腰部疼痛是腰部损伤的常见症状，通常表现为钝痛、刺痛或痉挛痛，可能伴有放射至下肢的疼痛。



疼痛的严重程度因人而异，可能因姿势、活动或负重而加重。



疼痛的位置可能位于腰部中央、一侧或两侧，有时可明确指出痛点。



活动受限





肌肉痉挛



腰部损伤可能导致腰部肌肉痉挛，表现为肌肉紧张、僵硬和疼痛。



肌肉痉挛可能限制患者的活动范围，并加重疼痛症状。



适当的休息和放松肌肉的方法可以帮助缓解肌肉痉挛。



诊断方法



01

医生通常会通过详细询问患者的病史和症状来进行初步诊断。



02

体检可以发现疼痛的位置、程度和活动受限的范围。



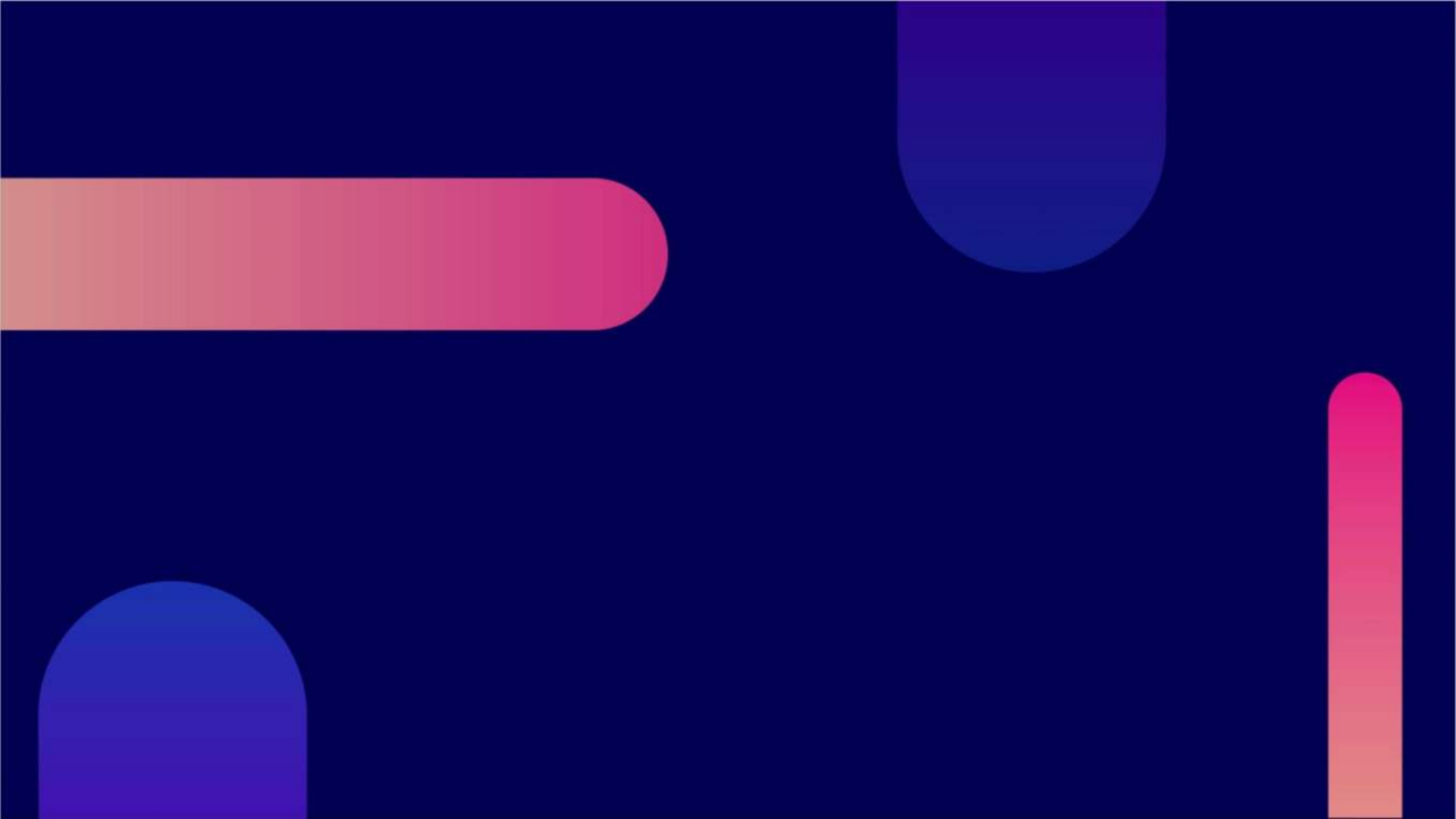
03

可能需要进行影像学检查，如X光、CT或MRI，以进一步评估损伤的程度和位置。



04

综合病史、体检和影像学检查结果，医生可以确诊腰部损伤的类型和严重程度。



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/915103123140011214>