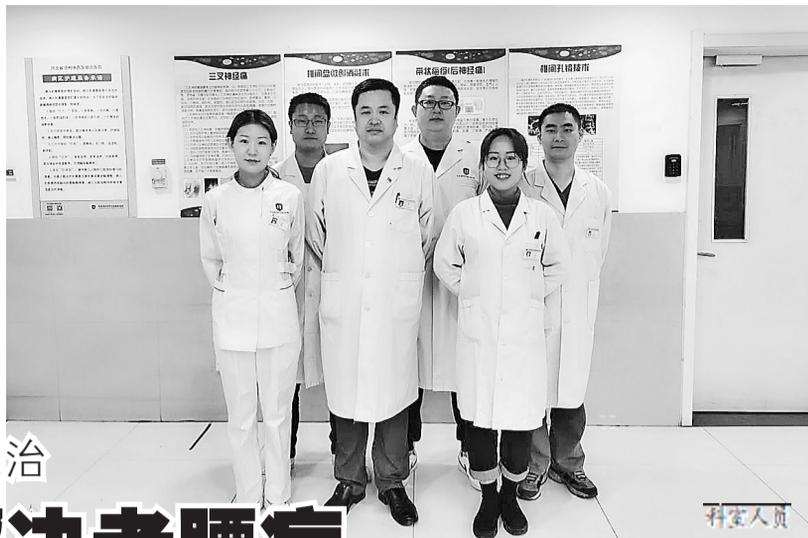


什么是腰椎间盘突出症?得了此病该如何治疗呢?今天,我们请沧州中西医结合医院疼痛科柴俊龙主任聊聊这个话题。



### 腰椎间盘突出症怎么治

## 疼痛科这招轻松解决老腰痛

本报记者 赵耀程

张大妈最近很苦恼,自己的腰是越来越不争气了,走不了几步路,腰就疼得厉害,腿上也沒劲,走着走着就得停下来休息一会儿。

张大妈的腰疼是老毛病了,疼了十几年,医院也没少去,吃吃药,做做理疗,也能缓解一阵子。可是,这阵子腰却疼得厉害。于是,张大妈来到沧州中西医结合医院疼痛科,被诊断为腰椎间盘突出症。

“腰椎间盘突出症是因椎间盘退行性改变后,在外力的作用下纤维环部分或全部破裂,髓核突出,刺激或压迫神经、神经根、马尾神经所引起的以腰腿疼为主要症状的一种病变。”柴俊龙说,腰

椎间盘突出症以腰4—5、腰5—骶1发病率最高,约占95%。

椎间盘是由髓核、纤维环和软骨终板构成的,椎间盘在脊柱的负荷与运动中承受强大的应力,因此极易退变和损伤。腰椎间盘突出症的病因主要有腰椎间盘的退变、慢性劳损、腰骶部先天结构异常、遗传易感因素等。

腰椎间盘突出主要分为三个时期:分别为突出前期、突出期、突出晚期。由于椎间盘受体重的压迫,加上腰部又经常进行屈曲、后伸等活动,易造成椎间盘的挤压和磨损,尤其是下腰部的部位,从而产生退行性改变。

根据腰椎间盘突出症的病因、病理生理特点,治疗主要以限制活动,抗炎镇痛,椎间盘减压及恢复、加强脊柱稳定性,保护椎间盘这四个方面为主。

柴俊龙说,在沧州中西医结合医院疼痛科,医生会针对临床治疗效果不好

的腰椎间盘突出患者进行明确诊断,并分析疼痛原因和生理病理成分,给予病人硬膜外神经阻滞和椎间盘微创消融术等治疗方法,从而缓解疼痛症状,改善生活质量。

沧州中西医结合医院

### 小柴话疼痛

咨询热线:2078036  
18031783890 13603170598



## 名优特产品展销中心等您前来选购

多种特产成为“爆款” 更多产品正在入驻中

地址 沧州市运河区浮阳南大道新闻大厦门口北第三个门市(老华泰十字路口往北50米)  
沧州日报社·全媒体融合发展交流中心 乘坐1路、138路、29路、158路公交车即到

产品咨询热线 3158716 17717738099  
13930781164 15612738988

### 来自山西静乐的“粮食之母” ——藜麦



藜麦产地为山西静乐。食用藜麦的好处有很多,它属于藜科植物,营养和食用价值超过多数谷物,被国际营养学家们称为“营养黄金”“超级谷物”。其具有完整的营养价

值,比如优质的完全蛋白,大量纤维素、氨基酸、微量元素等。

藜麦中丰富的膳食纤维,还可解决老年人普遍存在的便秘问题。据悉,每100克藜麦,纤维素含量为15克,远高于大米、玉米、小麦等谷物。如此高的纤维素能促进肠道蠕动,高效排出毒素垃圾。

对于这样的全家人都能食用的“养生食物”,你是不是也心动了呢?

75元/3斤(礼盒装)  
28元/斤(独立包装)

### 瑞予堂 黄金芽

### 滇红工艺制作的古树红茶



今天为读者朋友介绍一款滇红工艺制作的古树红茶,它就是黄金芽。

黄金芽选用云南景谷地区老树大白茶,采摘单芽,经滇红工艺精制而成。外观芽头肥壮,色泽金黄,做工精良。

黄金芽喝后温和暖胃,暖而不燥,含有多种氨基酸,有益于人体健康。如果茶友的身体素质差,或者亚健康,缺乏氨基酸、蛋白质等,可以多喝黄金芽。

冲泡黄金芽时,以90℃的水为宜,沸水会稍有涩感,过低则无法充分表现。紫砂、盖碗皆可,可泡二十几泡。前几泡1秒至3秒出汤,后面可适当增加出汤时间,适当提

高水温。投茶量比生茶要低,110克标准盖碗5克左右。

黄金芽的口感清爽细腻、绵柔顺滑、甘甜持久,茶香清新优雅。读者们有机会,可以试试黄金芽,真的好喝。

黄金芽1两/袋,每袋88元。

### 永禾盛火锅鸡底料



售价:12元/袋

### 花生米



售价:12元/袋

### 窝头面



售价:15元/袋

### 原生净地 上品自成 金丝皇菊



售价:28元/瓶

展销中心入驻产品有报德老酒、山西静乐藜麦、山西静乐绿豆、东光王记花生米、桑葚干、王疯子熟咸菜、功夫驴、永禾盛火锅底料、河间刘记酥糖、鸡跳脚玉米糝子、石磨麸面、稻田米、五谷杂粮、金丝菊、永禾盛醋……欢迎您来选购。