

УДК 616
ББК 54.1
Е 67

В. А. Епифанов, А. В. Епифанов —доктора медицинских наук,
профессора кафедры восстановительной медицины
Московского государственного медико-стоматологического университета,
авторы более 650 научных работ и учебников,
изобретатели новых технологий восстановительного лечения.

Епифанов, Виталий Александрович.
Е 67 Остеохондроз позвоночника / В. А. Епифанов, А. В. Епифанов. — Мо-
сква : Эксмо, 2015. — 448 с. — (Врач высшей категории).

ISBN 978-5-699-57963-1

По данным ВОЗ, от остеохондроза страдает более 80% населения России. Хрониче-
ские боли в спине и конечностях, спазмы мышц, высокий риск осложнений, в том числе
межпозвоноковых грыж, и оперативных вмешательств - вот только немногие возможные
последствия этой болезни.

Профессора Епифановы с кафедры восстановительной медицины МГМСУ дают ос-
нованные на 46-летнем клиническом опыте рекомендации по диагностике и восстано-
вительному лечению всех отделов позвоночника.

Полнота практического материала и уникальные рентгенографии делают пособие
незаменимым для всех профильных специалистов, студентов медицинских вузов и слу-
шателей курсов последиplomного образования. Книга будет также полезна всем пациен-
там, на собственном опыте испытавшим превратности остеохондроза.

УДК 616
ББК 54.1

ISBN 978-5-699-57963-1

© Епифанов А.В., Епифанов В.А., текст, 2014
© Оформление. ООО Издательство «Эксмо», 2014

Оглавление

| | |
|---|-----|
| Глава 1. АНАТОМО-БИОМЕХАНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ПОЗВОНОЧНИКА . . . | 5 |
| Статика и биомеханика позвоночного столба в норме..... | 5 |
| Подвижность позвоночного столба..... | 18 |
| Воздействие силовых нагрузок на позвоночный столб..... | 26 |
| Статические и биомеханические нарушения при остеохондрозе позвоночника..... | 30 |
| Глава 2. МЕТОДЫ ИССЛЕДОВАНИЯ..... | 47 |
| Нейроортопедическое исследование..... | 47 |
| Рентгенологические методы исследования..... | 81 |
| Глава 3. СРЕДСТВА МЕДИЦИНСКОЙ РЕАБИЛИТАЦИИ В ТЕРАПИИ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЗВОНОЧНИКА..... | 107 |
| Психотерапия (психокоррекция)..... | 111 |
| Лечебная физическая культура..... | 116 |
| Мануальная терапия..... | 148 |
| Физиотерапия..... | 158 |
| Рефлексотерапия..... | 164 |
| Массаж..... | 172 |
| Глава 4. ВОССТАНОВИТЕЛЬНОЕ ЛЕЧЕНИЕ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЗВОНОЧНИКА..... | 195 |
| Принципы восстановительного лечения..... | 195 |
| Восстановительное лечение вертебрального синдрома..... | 205 |
| Восстановительное лечение экстравертебральных нарушений..... | 208 |
| Глава 5. ОСТЕОХОНДРОЗ ШЕЙНО-ГРУДНОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА. . . | 211 |
| Клиническая картина остеохондроза шейного отдела позвоночника..... | 211 |
| Диагностика остеохондроза шейного отдела позвоночника..... | 224 |
| Клиническая картина остеохондроза грудного отдела позвоночника..... | 243 |
| Диагностика остеохондроза грудного отдела позвоночника..... | 249 |
| Консервативное лечение остеохондроза шейно-грудного отдела позвоночника..... | 255 |
| Глава 6. ОСТЕОХОНДРОЗ ПОЯСНИЧНО-КРЕСТЦОВОГО ОТДЕЛА ПОЗВОНОЧНИКА..... | 302 |
| Клиническая картина остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника..... | 302 |
| Диагностика остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника. . | 308 |
| Консервативное лечение остеохондроза пояснично-крестцового отдела позвоночника..... | 332 |

| | |
|--|-----|
| Глава 7. ПОСЛЕДСТВИЯ ПОВРЕЖДЕНИЙ СВЯЗОЧНОГО АППАРАТА ПОЗВОНОЧНИКА..... | 396 |
| Клиническая картина повреждений связочного аппарата позвоночника . . . | 396 |
| Рентгенологические признаки повреждения связочного аппарата позвоночника..... | 400 |
| Медицинская реабилитация больных с повреждением связочного аппарата позвоночника..... | 404 |
| Глава 8. ОСТЕОХОНДРОЗ КОПЧИКА (КОКЦИГОДИНИЯ)..... | 416 |
| Анатомия..... | 416 |
| Этиология заболевания..... | 417 |
| Клиническая симптоматика..... | 418 |
| Средства медицинской реабилитации в комплексном лечении кокцигодии..... | 419 |
| Глава 9. ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ МЕДИКАМЕНТОЗНОГО ЛЕЧЕНИЯ НЕВРОЛОГИЧЕСКИХ ПРОЯВЛЕНИЙ ОСТЕОХОНДРОЗА ПОЗВОНОЧНИКА..... | 425 |
| Острый болевой синдром..... | 425 |
| Воздействие на мышечно-тонический (мышечно-тонический) компонент боли..... | 430 |
| Улучшение микроциркуляции и метаболизма, симптоматическое лечение . . | 430 |
| Лечение головокружения..... | 431 |
| Корешковый синдром..... | 432 |
| Хронический болевой синдром..... | 433 |
| Оперативное лечение..... | 433 |
| Глава 10. ПРОФИЛАКТИКА ОБОСТРЕНИЙ, ПРОТИВОРЕЦИДИВНАЯ ТЕРАПИЯ..... | 435 |