

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. — Москва : Эксмо, 2015. — 448 с. — (Врач высшей категории).

ISBN 978-5-699-57963-1

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

Профессора Епифановы с кафедры восстановительной медицины МГМСУ дают основанные на 46-летнем клиническом опыте рекомендации по диагностике и восстановительному лечению всех отделов позвоночника.

Полнота практического материала и уникальные рентгенографии делают пособие незаменимым для всех профильных специалистов, студентов медицинских вузов и слушателей курсов последипломного образования. Книга будет также полезна всем пациентам, 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