

脖子痛未必是颈椎病

- 颅底凹陷也可导致脖子痛，与颈椎病症状相似，易被漏诊、误诊
- 药物治疗对颅底凹陷症无效，患者不能做按摩推拿，否则可能加重病情



20岁的张先生一觉醒来感觉脖子痛，以为是“落枕”引起的颈椎病，就没放在心上。但没过几天就感觉头脑昏昏，之后右手突然麻木，整个人无法站立，被家人立即送院治疗，最终查出罪魁祸首竟然是“颅底凹陷症”。

专家表示，先天性颅底凹陷在1~6岁时被发现的相对少见，更多是20~40岁才逐渐出现神经系统症状，患者在这时才发现和接受治疗。专家提醒，如果孩子的脖子比一般人短粗、发际线低，颈部出现疼痛、歪脖子、活动受限等症状，或头抬不起来，走路常摔跤，很可能患有颅底凹陷症。

患者常常合并有“寰枢椎脱位”

“上述案例中提到的张先生，是天生就有颅颈部疾病，他的脖子有点歪斜、活动差，但如果不是很细心观察很难发现。”骨科专家王建华介绍，枕颈部是人体的重要部位，它包括枕骨、寰椎（第1颈椎）和枢椎（第2颈椎）及其附属结构、周围的神经血管组织。由于寰枢椎处于头颅和颈部交界区，因此是连接生命中枢的重要部位。

他说，颅底凹陷症患者常常在颅底及寰枢椎发育畸形的基础上合并有“寰枢椎脱位”。临幊上颅底凹陷症表现形式多样，可有多种类型，其中较常见的是两种：一种不合并寰枢椎脱位，称为“稳定型颅底凹陷症”；另一类更加常见的是合并寰枢椎脱位，称为“不稳定型颅底凹陷症”。

症状 1~6岁少被发现 20岁后症状明显

王建华说，颅底凹陷症产生症状的原因是颈椎高位脊髓受到压迫，这和低位脊髓受到压迫引起的脊髓型颈椎病在临床症状上有很多相似之处，患者都可表现为肢体麻木、无力、走路不稳、踩棉花感等症状，因此患者常把它和颈椎病混淆。

“但颅底凹陷症的患者可有头痛或枕部疼痛，颈椎歪斜及旋转活动受限等表现。而脊髓型颈椎病的患者则多伴有颈肩痛，一般不伴颈椎旋转活动受限及头颈歪斜等症状。当然，要确诊还得靠影像学检查。”王建华还表示，颅底凹陷症是一种极其危险的疾病，由于脑干和延髓是人体的生命中枢，颅底凹陷可导致脊髓受压迫、四肢瘫痪，甚至出现突发呼吸困难、吞咽困难、心跳停止等症状。

“颅底凹陷症以先天性发育畸形为主，其发病是一个缓慢的过程，因此，在1~6岁时能被发现的相对少见，更多是在20~40岁才被发现。”王建华提到，很多家长以为是孩子发烧生病或是营养不好导致的发育不全，有报道

称一些病例甚至是等到瘫痪才发现。

治疗 出现神经压迫症状 必须手术治疗

王建华说，通过颈椎CT与三维CT、颈椎CT血管造影、颈椎MRI、颈椎X光这几种检查，基本能把颅底凹陷症与其他疾病相鉴别，确定是否患有颅底凹陷症以及寰枢椎发生脱位的部位。颅底凹陷症一旦出现神经压迫症状，必须手术治疗，让寰枢椎得到正确的复位。“药物和按摩推拿等手段是无法治疗的，推拿甚至可能加重不稳定和脱位，诱发颅底凹陷症病情的加重。”

“在手术前，我们会通过颈椎三维CT重建和数字骨骼成形打印技术，为患者制作颈椎三维模型。”王建华表示，一方面让患者了解问题所在，另一方面也有利于医生在术前讨论制定更细致的手术方案，缩短手术时间。王建华说，手术一般分为“经口咽”的前路复位固定术或前路减压结合后路固定的两种方式。大部分患者通常仅采用前路复位就能获得充分减压和稳定。对于少数复杂病例有时需要结合前路减压和后路固定的方法完成手术。手术预后效果好，如果脊髓神经受压迫时间短，没有发生变性和坏死，神经功能可得到完全恢复。

提醒

小孩歪脖子、走路常摔跤应警惕

“越早发现颅底凹陷症，手术效果越好。”王建华提醒家长注意以下两点：

1. 如果孩子的脖子比一般人短粗、发际线低，颈部出现疼痛、歪脖子、活动受限等症状，或头痛、头抬不起来等情况应警惕。

2. 孩子走路常摔跤，要了解是什么原因造成的，是被东西绊倒，还是因为下肢无力摔倒。如果出现四肢无力或麻木、步态不稳、吞咽困难应警惕。

(晓广)

传统特色自然疗法 中药健身独树一帜

□ 陈霞

近几年，不少呼吸道疾病患者接受了“冬病夏治”的观念，在入伏时进行贴敷。但大多数人对“三九贴”还比较陌生。实际上，“三伏贴”和“三九贴”中医统称为“伏九贴敷疗法”。“伏九贴敷疗法”是指在三伏天和三九天利用特制的中药膏贴敷于人体特定穴位上的一种中医外治疗法，它包含“冬病夏治”与“冬病冬防”两个时间段的治疗。一般3~5年为一个治疗周期。

中医把慢性咳嗽、哮喘、反复呼吸道感染等冬季多发的疾病称“冬病”。多以阳气亏虚、气血失和、阴阳失衡为其病机变化。因此要以调和气血、平衡阴阳来防治“冬病”。“伏九贴敷疗法”是依据中医“天人相应”理论，顺应四时气候特点的一种“内病外治”的传统疗法。在特定的时间，在人体的穴位上进行药物敷贴，以鼓舞正气，增加抗病能力，从而达到防治疾病的目的。

按“天人合一”学说理论，到了“冬至”这一天，阳光直射在地球南回归线上，这一天日照时间最短，也就到了数九天外界气候最冷、体内阳气最弱的时候，但从这一天以后，日照时间一天天增加，也就标志着阳气开始恢复。《黄帝内经》指出：“冬至一阳生。”这个“一”是开始的意思，我们就是根据“冬至一阳生”体内阳气开始回升这一原理，考虑到冬季肺病发生的根本原因是体内阳气不足，痰邪内生，痰随阴气上升，上犯于肺而发病。从中医角度来看，这时痰邪最盛，阳气最弱，如果这时采用祛痰药物，同时重用补助阳气药物，加以化痰开窍，选用一定穴位，通过经络，到达脏腑，驱痰外出，就能起到巩固疗效、根除病原的目的。

三九天是全年气温最低的时候，此时，人体阳气收敛，气血不畅，以辛温药物贴敷在特定穴位，益肺理气，从而宣肺豁痰、健脾温肾、驱散寒邪。两者配合使用，从而使机体阴阳平秘。“三九贴”是对“三伏贴”的有效延续和重要补充，与“三伏贴”配合，起到阴阳并调、夏养三伏、冬补三九的目的。

伏九贴敷的适应症主要有哪些？

1. 呼吸系统疾病：慢性支气管炎、慢性咳

嗽、支气管哮喘、肺气肿、慢性鼻炎、慢性咽炎、体虚易感冒。

2. 儿科疾病：过敏性鼻炎、支气管哮喘、慢性支气管炎、慢性咳嗽、反复感冒、慢性鼻炎、慢性咽炎等多种肺系疾病。

3. 消化系统疾病：中焦虚寒、虚寒性胃病、胃肠功能紊乱、慢性结肠炎、虚寒腹泻。

4. 妇产科疾病：下焦虚寒、宫寒、痛经、带下量多等。

5. 风湿骨病：关节痛，骨质增生，关节炎，风湿引起的各种颈、肩、腰、腿痛。

有哪些禁忌症？急性呼吸道感染、发烧期间、支气管扩张、活动性肺结核咳血患者、孕妇禁用；糖尿病患者血糖控制不佳者、瘢痕体质者、皮肤过敏者要慎用。

一般成人每次贴2~4小时，儿童每次贴0.5~1小时。根据个体差异，医生会对贴敷时间做适当调整。敷九疗法3~5年为一个疗程，疗效与疗程成正比，病程长的患者可适当延长疗程。

伏九贴敷的注意事项

1. 贴敷是一个渐进起效的过程，即时效果不甚明显，远期疗效较好，需要坚持。

2. 敷贴期间，忌烟、酒及生冷、油腻、海鲜、辛辣等刺激性食物。

3. 贴敷前最好先洗个澡，注意保暖不要受凉，贴敷期间要保证睡眠充足。

4. 穴位贴敷当天或治疗当天，建议患者不要洗澡。患者接受完治疗之后，全身的毛孔是张开的，此时洗澡，寒凉邪气易侵入人体，容易化痰生瘀，阻滞经络而导致病痛发生。

5. 注意保暖，贴敷患者当天要避免冷风直接吹到贴敷部位。

6. 贴敷部位有微热感或微痒是正常的，不需要处理。如果出现明显的红、肿、痛及瘙痒，就要及时揭掉药膏，避免抓挠。如果敷贴部位局部有水泡时，应到医院及时处理，在医生指导下治疗，不要自己处理，以防感染。极少数病人贴药部位出现皮肤有浅色印记，一段时间后可自行消退。

督脉灸

督脉灸，又称“长蛇灸、督灸”。功效温补督脉，强壮真元，调和阴阳，温通气血。

方法：令患者俯卧，裸露背部。督脉穴上常规消毒后，在大椎至腰俞穴处敷上特质配方药粉，然后置一张长约80cm、宽约15cm的多层次棉纱，再在棉纸上铺5cm宽、2.5cm高蒜泥一条，姜泥条上再铺以约1.5厘米圆柱状艾炷一条，点燃艾炷头、身、尾三点，让其自然燃烧施灸，燃尽后，再铺上艾炷灸治。灸2~3壮，灸毕移去姜泥，用湿热纱布轻轻揩干。灸后皮肤潮红。

适合于督脉诸证和慢性、虚寒性疾病，亚健康状态。如慢性支气管炎、支气管哮喘、类风湿性关节炎、风湿性关节炎、强直性脊柱炎、慢性胃炎、慢性肠炎、慢性腹泻、慢性腰肌劳伤、增生性脊柱炎、神经衰弱等。

脐疗

脐，中医穴位又称“神阙”。它与人体十二经脉相连，与五脏六腑相通，中医认为，肚脐是心肾交通的“门户”。所谓脐疗，就是把药物直接敷贴或用艾灸、热敷等方法施治于患者肚脐，激发经络之气，疏通气血，调理脏腑，用以预防和治疗疾病的一种外治疗法。主要有以下作用：

健康方面：快速改善内脏及组织的生理及病理活动，提高免疫力，强身健体，特别对体质较弱、失眠多梦、寒性胃痛、腹泻者有极好的改善作用。

养生方面：微热的气流从脐部扩散到整个腹部，促进胃肠蠕动，加速体内毒素的排出，改善睡眠，使人感到无比的轻松、舒适。

美容方面：促进面部血液循环，能改善面色苍白、暗哑的现象，预防和淡化因循环不畅引起的色斑、暗黄等皮肤问题。

治疗方面：特殊的给药方式，使患者气血充盈，容光焕发，诸疾不生，体健轻，延年益寿。

主要适用于妇科炎症、免疫力低下、胃肠功能障碍等。

“千金足浴散”

“热水泡脚，加点中药”是一种简单易行的养生保健、强身益寿方法，深受广大人民群众的追崇喜爱。“千金足浴散”系列是周口市中医院康复中心根据药王孙思邈的养生法则，自主研制的中草药泡脚散剂，分“千金滋补足浴散”、“千金补益足浴散”和“千金颐元足浴散”。“千金滋补足浴散”是根据男性的生理特征、养生特点而研制的，主要适合男性亚健康人群，对心脑血管、肝肾功能、焦虑疲惫失眠等有预防保健和辅佐治疗作用，具有滋补肝肾、养心安神、舒经通络、强筋健骨、消除疲劳的功能；“千金补益足浴散”是根据女性的生理特征、养生特点而研制的，主要适合女性亚健康人群，对气血虚弱、焦虑失眠、易感肢冷宫寒等具有预防保健和辅佐治疗作用，具有补益气血、养心安神、活血化瘀、温经暖宫、增强免疫的功能；“千金颐元足浴散”适合男女共用，具有滋阴壮阳、颐养元气、养心安神、补益气血、活血通络的功能。使用方法为：取足浴散一袋，用沸水浸泡5~10分钟，再注水调温至36℃~46℃，泡脚20~30分钟，每日一次。

温馨提醒

贴敷时间：

“一九”：2013年12月22日~12月30日

“二九”：2013年12月31日~2014年1月8日

“三九”：2014年1月9日~1月17日

“四九”（加强）：2014年1月18日~1月26日

贴敷地址：周口市中医院门诊病房综合楼五楼康复中心针灸室

咨询电话：8288343 8288316 8288319

8279765