

PGS. VŨ QUANG BÍCH

**PHÒNG VÀ CHỮA  
CÁC CHỨNG BỆNH  
ĐAU LƯNG**



NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC

**VŨ QUANG BÍCH**

Phó giáo sư - Thầy thuốc ưu tú  
(Nguyên Chủ nhiệm Bộ môn và Khoa Thần kinh  
Phó giám đốc Nội khoa - Bệnh viện 103 - Học viện Quân y)

**PHÒNG VÀ CHỮA  
CÁC CHỨNG BỆNH  
ĐAU LƯNG**

*(Tái bản lần thứ sáu có chỉnh lý và bổ sung)*

**NHÀ XUẤT BẢN Y HỌC**

**HÀ NỘI - 2006**

## VỚI SỰ THAM GIA CỦA CÁC TÁC GIẢ

**PGS.TS. Nguyễn Xuân Thản**

*Nguyên chủ nhiệm Bộ môn Thần kinh - Bệnh viện 103 -  
Học viện Quân y*

**PGS.TS. Nguyễn Văn Thông**

*Giám đốc Trung tâm đột quỵ não - Bệnh viện Trung ương  
Quân đội 108*

**ThS, BSCKII. Cao Hữu Hân**

*Chủ nhiệm Khoa Thần kinh Bệnh viện 103 - Học viện  
Quân y*

## LỜI GIỚI THIỆU

Cuốn sách "*Phòng và chữa các chứng bệnh đau lưng*" do tác giả Vũ Quang Bích và cộng sự biên soạn đã đề cập đến một loạt chứng bệnh khá phổ biến nhưng lại đa dạng, phức tạp về hình thái bệnh lý cũng như điều trị và dự phòng, thường xuyên gặp ở hầu hết các cơ sở y tế và trong từng gia đình.

Đây là một loại chứng bệnh không chỉ thuộc một chuyên ngành nào nhất định, mà nó là một hội chứng của nhiều bệnh thuộc các chuyên khoa khác nhau, thậm chí nhiều khi chỉ là những đợt sóng dội lên của quá trình lão hóa đĩa đệm cột sống thắt lưng. Do đó, người bệnh đau thắt lưng thường được mang nhiều tên bệnh với hướng dẫn giải thích khác nhau của các thầy thuốc chuyên khoa, với những khái niệm chuyên ngành riêng biệt và đã từng được chạy chữa bằng bao nhiêu biện pháp, thuốc men Đông Tây y khác nhau.

Các tác giả đã nghiên cứu, tổng hợp, hệ thống lại tất cả các khái niệm Đông Tây y từ xưa đến nay, dựa trên những cơ sở khoa học hiện đại với những kết quả nghiên cứu chuyên ngành của nhiều tác giả có tiếng trên thế giới cũng như trong nước.

Phần đại cương đã được trình bày cô đọng những đặc điểm chủ yếu có liên quan đến đau thắt lưng về các lĩnh vực mô phân tử, giải phẫu, vi cấu trúc, sinh hóa và sinh cơ học của đĩa đệm cột sống thắt lưng.

Về mặt thực hành lâm sàng, các tác giả đã mô tả tỷ mỉ về triệu chứng học, những biện pháp chẩn đoán bổ trợ cần thiết (nhất là loại đau lưng do nguồn gốc đĩa đệm cột sống như hư đĩa đệm, lồi và thoát vị đĩa đệm cũng như một số bệnh lý hay khuyết tật của đĩa đệm cột sống thắt lưng).

Về phần chữa bệnh, các tác giả đã viết sâu về các biện pháp điều trị với những chỉ định thích hợp cho từng loại đau lưng, trên nền kết hợp y học hiện đại và y học cổ truyền dân tộc, điều trị bảo tồn cũng như phẫu thuật và phương pháp hóa - tiêu nhân (chimionucléolyse) bằng cách tiêm vào đĩa đệm một loại men (ví dụ men đu đủ chymopapaine...) để tiêu hủy nhân nhầy thay cho phẫu thuật lấy bỏ đĩa đệm thoát vị. Các thầy thuốc đa khoa Đông Tây y, các bác sĩ chuyên khoa thuộc chuyên ngành liên quan, kể cả người bệnh đau lưng có thể tìm hiểu danh mục và cách sử dụng các loại thuốc giảm đau chung và biệt dược, đơn thuốc Đông Nam y cùng với châm cứu, bấm huyệt, xoa bóp, kéo giãn cột sống, lý liệu, laser, thể dục liệu pháp cần thiết để vận dụng chỉ định cho từng căn nguyên đau lưng.

Điều không kém phần quan trọng đối với đau thắt lưng là các phương pháp phục hồi chức năng cho cột sống thắt lưng sau điều trị bảo tồn và phẫu thuật bằng các dụng cụ chỉnh hình chuyên dụng, song song với phương pháp tự tập luyện của bệnh nhân có hướng dẫn của thầy thuốc, đặc biệt là phương pháp dự phòng đau thắt lưng cho mọi lứa tuổi, kể từ tuổi trẻ thơ tới tuổi học đường bằng những phong cách sinh hoạt chung (ngồi, nằm, đi, đứng...), một cách khoa học dưới sự hướng dẫn của các bậc cha mẹ và thầy cô giáo, với những ghế ngồi, bàn học có cấu trúc khoa học chỉnh hình thích hợp. Dự phòng đau lưng còn có ý nghĩa lớn đối với y học quân sự: bảo đảm sức chiến đấu cho các binh chủng (xe cơ giới, xe tăng, nhảy dù, kỵ binh, đặc công...); y học thể dục - thể thao: bảo đảm đĩa đệm cột sống cho các vận động viên, các cầu thủ thuộc các môn chạy, nhảy, cử tạ, đua ngựa, đua thuyền; y học nghề nghiệp đối với các loại nghề mà bắt buộc cột sống phải thường xuyên gánh chịu sức nặng và tư thế bất lợi, y học nghệ thuật đảm bảo sự linh động và giảm xóc cho cột sống của các nghệ sĩ thuộc các môn và yêu cầu nghệ thuật đòi hỏi cột sống phải thực hiện những động tác phối hợp vô cùng

phức tạp, kỳ dị, vượt lên quá xa các trường hoạt động sinh lý bình thường của đĩa đệm cột sống con người (nghệ sĩ xiếc, uốn dẻo, vũ ba lê, múa trên sân băng, thể dục tự do...).

Tất cả nội dung trên đây đều được các tác giả đề xuất theo nhiều góc cạnh khác nhau và định hướng được các phương thức dự phòng và chữa bệnh cho từng loại căn nguyên đau lưng thuộc nhiều chuyên ngành khác nhau, hữu ích cho mọi người, tất nhiên không thể đáp ứng được tất cả những gì cần thiết cho người đọc.

Tóm lại cuốn *Phòng và chữa các chứng bệnh đau lưng* này là một trong những cuốn sách chuyên đề đầu tiên về bệnh lý đĩa đệm cột sống, đầy đủ về cơ sở cơ bản với những hiểu biết và khái niệm mới, phổ biến được nhiều kinh nghiệm nghiên cứu lâm sàng của chính các tác giả và của Bộ môn - Khoa Thần kinh.

**GS. ĐẶNG ĐÌNH HUẤN**

*Nguyên chủ tịch Hội Thần kinh - Tâm thần  
và Phẫu thuật thần kinh Việt Nam*



## MỤC LỤC

Lời giới thiệu	3
Mở đầu	11
<i>Chương một. Cơ sở cơ bản về đĩa đệm cột sống</i>	22
I. Mô phôi	22
II. Giải phẫu	27
A. Đặc điểm giải phẫu chung của toàn bộ cột sống	27
B. Giải phẫu đặc biệt của cột sống thắt lưng	41
III. Vi cấu trúc và sinh hoá của đĩa đệm	45
A. Nước	46
B. Mucopolysaccharid	46
C. Chất căn bản	46
D. Sự tổng hợp sinh học (biosynthèse) của những nhóm phân tử lớn	47
E. Thành phần collagen của khuôn chất gian bào hữu cơ (matrix)	48
F. Những men	49
G. Thành phần nguyên tố vi lượng trong đĩa đệm	49
IV. Sinh cơ học	51
A. Sinh cơ học của đĩa đệm	51
B. Sinh cơ học đặc biệt của cột sống thắt lưng	62
<i>Chương hai. Triệu chứng học và phương pháp khám bệnh</i>	67
I. Nguồn gốc đau tại đoạn vận động cột sống thắt lưng	67
II. Hội chứng cột sống	80
A. Đau	80
B. Các dấu hiệu thực thể của hội chứng cột sống	83
III. Hội chứng rễ thần kinh	88
A. Đau rễ thần kinh	88
B. Các dấu hiệu tổn thương rễ	89



C. Chẩn đoán	9
<i>Chương ba. Các phương pháp chẩn đoán cận lâm sàng</i>	96
I. Chẩn đoán điện	96
II. Dịch não tủy	97
III. Các phương pháp chẩn đoán X quang	97
IV. Chẩn đoán vi sinh trong đĩa đệm	114
<i>Chương bốn. Hư đĩa đệm - thoái hóa đĩa đệm</i>	116
I. Nguyên nhân bệnh sinh	116
II. Giải phẫu bệnh lý	122
III. Những biến đổi về sinh hoá và cân bằng thẩm thấu	126
A. Những biến đổi sinh hoá trong quá trình lão hoá	126
B. Rối loạn cân bằng thẩm thấu	128
IV. Lâm sàng	130
A. Hội chứng thắt lưng cục bộ	130
B. Hội chứng rễ thần kinh	140
C. Kết quả nghiên cứu hư đĩa đệm qua chụp đĩa đệm	141
V. Dự phòng và điều trị	144
A. Đối với đau thắt lưng cấp	144
B. Đối với đau thắt lưng mạn	145
<i>Chương năm. Đau lưng ở vùng cột sống ngực và thoát vị đĩa đệm thắt lưng</i>	146
I. Đau lưng ở vùng cột sống ngực	146
II. Thoát vị đĩa đệm thắt lưng	147
A. Bệnh căn và bệnh sinh	148
B. Chẩn đoán	151
C. Điều trị	160
D. Tiên lượng và diễn biến của bệnh do đĩa đệm	189
<i>Chương sáu. Các bệnh khác gây đau lưng</i>	193
I. Đau lưng do bệnh lý đĩa đệm	193
II. Đau lưng căn nguyên cột sống	212

A. Viêm cột sống dính khớp	213
B. Thoái hóa cột sống thắt lưng	217
C. Trục đốt sống	218
D. Viêm khớp cùng chậu	220
Đ. Viêm cột sống	221
E. Lao cột sống	222
F. Cột u cột sống	224
G. Chấn thương cột sống thắt lưng	226
H. Bệnh Scheuermann	227
I. Bệnh loãng xương	229
M. Dị dạng bẩm sinh ở cột sống thắt lưng	236
N. Hẹp ống sống thắt lưng	238
III. Đau lưng căn nguyên ngoài cột sống	246
A. Hội chứng thắt lưng chậu	246
B. Hội chứng cứng đờ cột sống	249
C. Hội chứng cơ tháp	252
D. Hội chứng đau lưng kiểu Maigne	252
E. Hội chứng đau cùng cụt	253
F. Đau thắt lưng phụ khoa	254
G. Đau thắt lưng do các bệnh tiết niệu	255
H. Đau vùng cột sống thắt lưng do đau khu vực hậu môn sinh dục và đáy chậu	256
I. Viêm đám rối thần kinh thắt lưng cùng và đám rối thẹn	256
J. Nhũng u sau phúc mạc và chậu hông	257
K. Đau lưng do rối loạn tuần hoàn tuỷ sống	257
L. Một số bệnh nội khoa khác	270
IV. Định hướng điều trị hội chứng thắt lưng	271
A. Ngoại trú	272
B. Nội trú	273