

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

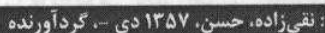
(کمردرد و درمان)

گردآوری:

حسن نقی زاده

رضا حیدری

www.ketab.ir



تشیب و تشنایه

کمردرد و درمان / گردآوری حسن نقی زاده، رضا حیدری.

عنوان و نام پدیدآور

تهران: کتاب دیده، ۱۳۹۶.

مشخصات نشر

١٢٤ ص: مصور (١): $\frac{14}{5} \times \frac{21}{5}$ م.م.

عَشْرَاتُ فُلْهُو

978-600-5464-95-5

5

فَمَا

فهرست نویسی

گمرود:

موضوع

کھردرد -- سیمپ شناسی

موضوع

Backache -- Etiology

موضوع

دود - دومان

موضوع

Backache -- Treatment

موضوع

۱۳۵۶ - گوداوند

شناسه افزوده

158.7 299.71RD

ده بندی کنگره

FIV 69F

ده بندی دیوبند

FVVΔA9A

شماره کتابشناسی ملی

انتشار کتاب یدیده

تهران - میدان انقلاب - خیابان انقلاب

خیابان منیری جاوید (۱۰۱) - طبقه دوم - ۱۹ - طبقه دوم

تلفن: ۶۶۴۴۸۶ - ۶۶۱۲۸۶۰



عنوان: کمر درد و درمان

گردآوری: حسن نقی زاده - رضا حیدری

ناشر: انتشارات کتاب بدیده

شایک: 978-600-5464-95-5

نوبت چاپ: اول ۱۳۹۶

قیمت: ۱۲۰۰۰۰ ریال

تلفن: ۶۶۴۰۶۸۳۴-۶۶۴۱۱۷۱۵

مرکز پخش: تهران: انتشارات دانشگاهی کیان

- فصل اول ----- ۹
- کمر درد چیست؟ ----- ۹
- کمر درد چیست: ----- ۱۰
- ستون فقرات چیست: ----- ۱۱
- فصل دوم ----- ۱۵
- کمر درد چه عللی دارد؟ ----- ۱۵
- علت کمر درد من چیست؟ ----- ۱۶
- تغییرات هورمونی ----- ۱۷
- فصل سوم ----- ۱۹
- انواع کمر درد؟ ----- ۱۹
- کمر درد من چیست؟ ----- ۲۰
- عوامل بروز درد کمر در کمر درد شغلی ----- ۲۰
- کمر درد در بارداری ----- ۲۱
- علل مکانیکی دردهای کمری ----- ۲۳
- درد کمر با منشأ درون وندی ----- ۲۴
- درد التهابی کمردرد ----- ۲۴
- درد به علت وجود تومور ----- ۲۶
- درد ناشی از بیماری عفونی ----- ۲۶
- درد کمر با منشأ عروقی ----- ۲۷
- درد کمر با منشأ روانی ----- ۲۷
- علل دیگر کمر درد چیست: ----- ۲۸
- آسیب دیسک بین مهره‌ای Disc injury ----- ۲۹
- پیری دیسک Disc degeneration ----- ۳۰
- لغزش یا لغزیدگی مهره یا اسپوندیلولیزتری Spondylolisthesis ----- ۳۱
- تنگی کانال نخاع Spinal stenosis ----- ۳۱
- اسکولیوز Scoliosis ----- ۳۲
- فصل چهارم ----- ۳۵
- افراد در خطر کمردرد؟ ----- ۳۵
- نشانه ها و علائم کمردرد ----- ۳۶

۳۹	فصل پنجم
۳۹	انواع کمر درد در جوانان
۴۰	کمر درد ارتروزی
۴۱	کمر درد نامربوط
۴۲	کمر درد سیاتیکی
۴۳	گرفتگی عضلانی
۴۴	دیسک کمر
۴۶	درد دنبالچه
۴۶	التهاب مفصل ران
۴۹	فصل ششم
۴۹	کمر درد چیست؟
۵۱	توزیع در روان جسم در افزایش کمر درد
۵۳	کمر درد
۵۵	علائم و نشانه‌ها
۵۶	علت کمر درد شدید
۵۸	تشخیص
۵۹	درمان کمر درد شدید
۶۱	داروهای ضد التهابی
۶۲	داروی شل کننده عضلات
۶۲	فیزیوتراپی
۶۳	مگنت تراپی
۶۴	تزریقات نخاعی
۶۵	خلاصه‌ای از کمر درد شدید (حاد)
۶۶	اصول پیشگیری
۶۷	فصل هفتم
۶۷	فیزیک بدن خود را حفظ نمایید؟
۶۸	هنگام ایستادن
۶۸	هنگام نشستن
۶۸	هنگام رانندگی
۶۸	هنگام خواب
۷۰	پشتی طبی
۷۳	اصلاح شیوه زندگی

۷۵	فصل هشتم
۷۵	راهکارهای درمان کمر درد؟
۷۷	تشخیص
۷۷	درمان
۷۸	درمان کمر درد بدون جراحی
۷۸	استراحت
۷۸	شاک ویو تراپی
۷۹	کشش ستون فقرات
۷۹	نظم ستون فقرات به کمک تکنیک‌های دستی (مانیپولاسیون ستون فقرات)
۷۹	ب سوزنی و تحریک الکتریکی با طب سوزنی
۸۰	اوزون درمان کمر درد
۸۰	فیزیوتراپی کمر
۸۱	ورزش با کمر درد
۸۲	جراحی
۸۳	روش جدید درمان کمر درد
۸۷	چگونه درد در قسمت پای کمر را درمان کنیم؟
۸۸	علائم شایع
۸۹	عوامل افزایش دهنده خطر
۸۹	پیشگیری
۸۹	عواقب مورد انتظار
۸۹	عوارض احتمالی
۸۹	درمان
۹۱	درمان
۹۱	دارو
۹۲	داروهای کمر درد
۹۳	کمپرس سرد و گرم
۹۳	فیزیوتراپی
۹۴	ماساژ
۹۵	کمربند طبی
۹۶	تغذیه
۹۷	درمان گیاهی

۹۹	فصل نهم
۹۹	ورزش و حرکات اصلاحی؟
۱۰۳	تزریق
۱۰۵	درمان‌های خانگی
۱۰۶	جراحی
۱۰۷	پیشگیری
۱۱۰	تزریق برای درمان کمردرد
۱۱۰	جراحی برای درمان کمردرد
۱۱۱	درمان کمردرد با طب سنتی یا جایگزین
۱۱۱	پیشگیری از کمردرد
۱۱۳	وسایل درمانی برای رفع کمردرد + تصویر
۱۱۴	تمرینات
۱۱۹	سندرم کیلمورسون
۱۱۹	درمان درد پس از جراحی باز کمر
۱۱۹	فیبروز ایپیدورال
۱۲۰	مشکلات پس از درمان
۱۲۱	ننگی عروق پس از رفع فشار
۱۲۱	مشکلات تخصصی پس از جراحی رفع فشار
۱۲۲	عدم رفع کامل فشار از ریشه عصب پس از جراحی
۱۲۲	فیوزن ناموفق
۱۲۳	آراکنوئیدیتیس
۱۲۳	علل و علائم
۱۲۴	تشخیص و درمان