

# 西安市脊柱炎医院 西安华医医院专科医院

产品名称	西安市脊柱炎医院 西安华医医院专科医院
公司名称	西安市华医风湿病中医研究所
价格	面议
规格参数	
公司地址	西安市雁塔区沙井村北口科创路162号陕西同济医院
联系电话	029-82216893 18991226411

## 产品详情

强直性脊柱炎患者治疗要点 西安市脊柱炎医院 西安华医医院专科医院

随着人们对强直性脊椎炎认识的逐步加深，诊断及治疗水平的提高，其预后已有很大改观，是一个长期治疗的过程，需要患者有足够的耐心和信心积极配合治疗。要想防止强直性脊椎炎恶化首先要按时吃药，听从医生嘱咐，需要家人朋友给予患者细心的呵护，让患者保持放松愉快的心情，有信心配合医生积极治疗下去。

其次日常生活中要注意保持躯体的正确姿势和活动性，对强直性脊柱炎病人防止驼背的发生是非常重要的，驼背的发生和发展过程，缓慢的使人难以觉察，因此注意日常躯体姿态，以保持良好姿势极为重要。经常想到保持躯体挺直，不论行、坐、站、卧都应记住躯体挺直。坐直靠背椅、不要坐沙发；不要坐过低过软的椅子，尤其应避免坐躺椅。应坚持睡硬板床，不用枕头或用薄枕头，有助于保证躯体平直，仰卧姿势较侧卧为好。对于早期患者，每日早晚各一次俯卧，每次坚持半小时，对减缓躯干屈曲有助。站立，平时可足跟着墙，双膝伸直，肩、背靠墙，双目平视，患者头枕部常不能触到墙壁，应尽量向后靠，坚持5秒钟，放松后再做几次。游泳是一项全身性运动，对脊柱及四肢关节均有益，因此对掌握游泳的病人，不失为一种良好的锻炼方法，但应避免冷水。

还要积极锻炼，有时运动的好处很多是药物所难以达到的：

- 1、运动使骨骼更加强壮，使身体更多的钙质沉积于骨骼，使骨骼更加坚固，增强了对机体的支持能力。
- 2、运动促进肌肉代谢，使之更加有力，有助于关节的稳定性。
- 3、运动能调节心理平衡，消除焦虑和忧郁。当然，过于剧烈的运动可使原已有病的关节损伤加重。因此，“恰到好处”实为重要。

陕西西安碑林华医医院 西安碑林华医医院在行业的大海里乘风破浪，风雨单程，经历30年的发展历程。始终坚持“以患者为中心，以质量为核心”创建十几年来，凭借不懈的努力，以发展成为较全科室配置的综合医院。组建多个特色科室：内设中医风湿骨病治疗为特色医疗、集康复咨询为一体的综合性医疗机构。为碑林区现代化百姓医院的典范和引导者。多次被评为“质量和服务满意单位”和“诚信单位”。我院中医风湿骨病诊疗中心专家组成员，从事临床风湿病诊疗工作十余年，知难而上，从风湿病的发病机理、形成、发展、复发及中医分型；依据中医理论“祛瘀生新、不通则痛、治风先治血，血行风自灭”的原则，并成功首创“穴位通痹疗法”和“中医复合优效免疫调节治疗体系”在治疗风湿、类风湿、强直性脊柱炎、产后风、幼年型类风湿、股骨头坏死方面取得令人瞩目的成绩 专家温馨提醒：《中国类

风湿康复网》内容仅供咨询参考，不能代替医生或其他医务人员的诊断，更不宜仅凭自我理解程度作为自行诊断或治疗的依据。如果您怀疑自己有健康问题，请您尽快到正规医院就医治疗！如果必要，本网可提供进一步帮助。本站信息仅供参考，不能作为诊断及医疗的依据，如要确诊请拨打专家电话029-82216893。

欢迎登陆：中国类风湿康复网：【<http://www.sxfs120.com>】QQ咨询平台:【572343376】 邮编：710054  
就诊地址：西安市太乙路北段279号 西安碑林华医医院中医风湿骨病诊疗中心 咨询电话：029-82216893（办公室） 传真：029- 82216893