

	2021
推荐奖种	医学科学技术普及奖
项目名称	从人体进化角度漫谈颈腰椎病讲座
推荐单位	推荐单位：陕西省医学会 推荐意见： 为了响应党中央提出的加强全民健康教育理念，“没有全民健康，就没有全面小康”的精神，采取“未病防治”的措施，同时节省减少医疗费用开支等。本项目通过科普宣传普及颈腰椎病的防预知识，从而造福广大颈、腰椎病患者和广大群众。 陕西省人民医院康复科杨俊生主任团队与陕西广播电视台生活频道《健康好生活》栏目，2017 年携手制作健康科普节目——《呵护脊柱，防止颈腰椎病》，自 2017 年 1 月制作播出，4 年来已连续播出 30 多期，收视率有 1000 多万，尤其是在疫情最严重期间以居家康复内容连续播出 3 期，对广大老百姓在疫情期间颈腰椎病的防治起到积极促进作用。 该科普宣传类节目通俗易懂，把深奥的颈腰椎疾病问题简单化，从人体进化角度、生理角度、中医哲学角度等把深奥的颈腰椎、关节等疾病问题简单化，使老百姓明白了颈腰椎疾病发生的机理，便于颈腰椎病的自我防治，为老百姓和患者预防和治疗颈腰椎关节疾病起到积极促进作用。该节目深受三秦百姓、患者喜爱，对陕西康复医学工作的开展起到积极的推动作用。本科普作品经过教育部科技查新工作站(Z08)查询在国内属于首创，本单位学术委员会一致同意申报 2021 年中华医学科技奖评选。 我单位认真审核项目填报各项内容，确保材料真实有效，经公示无异议，推荐其申报 2021 年中华医学科技奖。
项目简介	本科普讲座，从人类的进化角度阐述颈、腰椎病发生的原因，进而进行预防和治疗。颈腰椎病作为临床上较为常见的疾病之一，在我国的发病率相对较高，一般情况下，颈椎病患者在临床上主要表现为肢体麻木、疼痛、乏力以及出现感觉功能障碍；腰椎间盘突出患者表现为腰痛、下肢抽痛、麻木等，从而极大地影响了人民群众的身体健康。由于多数患者对颈腰椎病的防治知识缺乏认识，错过了治疗的最佳时机而转为慢性疾病，从而导致较为严重的后果。因此，普及颈腰椎病的知识，对百姓预防颈腰椎病大有裨益，同时对于临床诊治也有一定的指导价值。 第一，从人类起源论述：人类从爬行变为直立行走，脊柱椎体间受力却从“0”发生变化，这就为日后颈、腰椎病的出现埋下了伏笔。脊柱的弯曲，特别是颈曲与腰曲，随重力的变化而改变其曲度。椎骨在动物进化（种系发生）和个体发育过程中，都经过间充质至软骨，再由软骨骨化的阶段。脊柱的分段也是逐渐由鱼类只分躯干和尾椎的阶段到陆生动物分化出颈、胸、腰、骶、尾 5 段的过程。第二，从力学角度解释：随着人们的年龄的增加，腰椎长时间频繁的活动负重，必然使附着在腰椎上的肌肉、韧带对椎骨质的局部进行牵拉，腰椎活动幅度越大，这种牵拉的力量也越大。人体为了抵消这种牵拉的力量，降低椎体局部的应力，必然以骨质增生的形式增加椎体骨质局部的表面积。表面积增加，必然降低椎体局部的牵拉力，使椎体受力达到新的平衡，骨质增生、骨赘形成是人体在退变情况下，从力学角度是一种平

	衡的体现，从生理角度是为了增加椎体稳定性的表现。脊柱各段的运动不同，这与椎间盘的厚度、椎间关节的方向等制约因素有关。骨质增生正是颈椎退行性改变最常见、最显著的特征。椎体的骨质增生、骨赘形成是人体的一种自我保护性的代偿机制，是它们对人体机能减退及限制所发出的一种无声的呐喊！第三，从人体解剖角度解释五十肩发病原因：肩关节是人体关节中活动范围最大、使用频率最高、最灵活的关节，也是最不稳固的，最易损伤。五十肩是在慢性颈椎病基础上，由于五十岁左右人体内激素水平变化、钙质流失等而引起一种共振现象。 康复科室 2017 年 1 月在医院党办协助制作的《呵护脊柱，防止颈腰椎病》节目，在陕西电视台《健康好生活》栏目播放，4 年来已连续播放 30 多期，1000 多万的收视率，尤其是在疫情期间以居家康复内容连续 3 期播放，在陕西卫生行业节目中首屈一指。足可以看出所分享内容之实用、所受欢迎之广泛，将复杂、深奥的问题简单化、通俗易懂、深受老百姓喜爱和推崇，对颈腰椎病的防治起到积极的推进作用。
--	---

知识产权证明目录

序号	类别	国别	授权号	授权时间	知识产权具体名称	发明人
1	中国实用新型专利	中国	ZL9222537 4.9	199 3- 07- 03	穴位电加热式药敷治疗袋	杨俊生、李少波
2	中国实用新型专利	中国	ZL9321827 4.7	199 4- 03- 04	牙线洁牙器	杨俊生
3	中国实用新型专利	中国	CN 212214069 U	202 0- 12- 25	一种高压氧舱专业治疗车	杨俊生

代表性论文目录

序号	论文名称	刊名	年,卷(期)及页码	影响因子	通讯作者(含共同)	SCI 他引次数	他引总次数	通讯作者单位是否含国外单位
2	复合力牵引配合磁疗治疗寰枢关节半脱位 97 例	陕西中医	1000-7369 (2010) 05-0584-02	0	杨俊生	0	0	否
3	人到中年关注颈椎健康	三秦保健	2013.12-23-	0	杨俊生	0	0	否

			6					
--	--	--	---	--	--	--	--	--

主要完成人和主要完成单位情况

主要完成人情况	姓名：杨俊生 排名：1 职称：教授,主任医师 行政职务：康复医学科主任 工作单位：陕西省人民医院 对本项目的贡献：从人类起源阐述：人类从爬行变为直立行走，脊柱椎体间受力却从“0”发生变化，这就为日后颈、腰椎病的出现埋下了伏笔；二、从力学角度解释：随着人们的年龄的增加，腰椎长时间频繁的活动负重，必然使附着在腰椎上的肌肉、韧带对椎骨质的局部进行牵拉，腰椎活动幅度越大，这种牵拉得力量也越大；三、从人体解剖角度解释五十肩发病原因：五十肩是在慢性颈椎病基础上，由于五十岁左右人体内激素水平变化、钙质流失等而引起一种共振现象；四、面对颈腰椎病我们企图阻挡它的发生那将是徒劳、无用的、不可能的。人们对于颈腰椎病的认识是由不认识到逐步认识，不但对其发病学、病因学及病理学的认识过程逐步深入的，而且在治疗上基本可以驾驭整个过程。 姓名：刘小晋 排名：2 职称：编辑,编辑 行政职务：主任科员 工作单位：陕西省人民医院 对本项目的贡献：参与该项目策划与选题，选准康复科与大众兴趣的契合点，以颈腰椎病为突破口，从较新颖的角度阐述致病原因，从针灸、理疗及功能锻炼等方面介绍颈腰椎病的治疗，得到大众极大关注。 姓名：闫毅 排名：3 职称：其他,其他 行政职务：无 工作单位：陕西广播电视台 对本项目的贡献：参与节目的策划 执行 拍摄 姓名：魏水青 排名：4 职称：编辑,编辑 行政职务：无 工作单位：陕西广播电视台 对本项目的贡献：承担陕西省人民医院康复医学科健康科普节目《呵护脊柱，防止颈腰椎病》的编导工作，参与节目的整个制作过程，多次和陕西省人民医院康复医学科杨俊生主任及团队沟通，以老百姓最关注的话题着手，让大家对颈腰椎病的形成和预防、治疗以及康复有了更为深刻的认识。 本期节目“文案”“脚本”、“拍摄”“录制”“剪辑制作”均独立完成。
---------	---

主要完成单位情况	单位名称：陕西省人民医院 排名：1 对本项目的贡献：陕西省人民医院是一个陕西省人民政府举办的大型综合性三级甲等医院，为了响应党的全民健康政策，惠民百姓，在院党委的领导下，由党办策划、康复科制作的科普宣传讲座，在人力、物力、财力上统筹协调，从而制作了深受百姓喜闻乐见、雅俗共赏的科普节目——《呵护脊柱，防止颈腰椎病》，宣传了颈腰椎病的防治知识。
----------	--