

NGUYÊN NHÂN GÂY ĐAU LƯNG

Đau lưng là triệu chứng của một bệnh lý nào đó và không thể tự chẩn đoán. Dưới đây là những nguyên nhân có thể dẫn tới đau lưng:

Trục trặc "máy móc"

Một trục trặc nào đó khiến cột sống không giữ được cấu trúc như bình thường. Trục trặc phổ biến nhất thường dẫn tới tình trạng đau lưng là bệnh thoái hóa đĩa đệm cột sống. Thủ phạm là do tuổi tác khiến đĩa đệm mất dần tính đàn hồi. Bản thân trục trặc này không gây đau lưng mà chỉ dẫn đến đau lưng nếu lưng chịu nhiều áp lực.

Một trục trặc khác gây ra đau lưng là cơn co thắt, căng cơ và lòe đĩa đệm (tức là đĩa đệm của đĩa đệm thoát ra ngoài và chèn ép vào rễ thần kinh, tủy sống. Hiểu đơn giản là tình trạng đĩa đệm bị ép lồi ra khỏi vị trí bình thường, giữa các đốt sống).

Chấn thương

Chấn thương cột sống như bong gân, gãy xương có thể gây đau lưng tức thời hoặc đau lưng mãn tính. Bong gân là tình trạng giãn dây chằng có tác dụng đỡ cột sống và nguyên nhân là do xoắn vặn lưng quá mức hay nâng vật quá nặng, nâng không đúng cách.

Gãy xương thường là do bị ngã xương.

Ít gặp hơn là tình trạng đau lưng do các chấn thương sau 1 vụ tai nạn, ngã.

Bệnh tật và sự thay đổi của cơ thể

Nhiều bệnh tật có thể gây ra hoặc làm gia tăng tình trạng đau lưng. Đó là chứng vẹo cột sống (cột sống bị uốn cong và chỉ gây đau lưng khi bước vào tuổi trung niên), trượt đốt sống (bẩm sinh), viêm khớp...

Những nguyên nhân khác có thể gây đau lưng như mang thai, bị sỏi thận, lạc nội mạc tử cung, bệnh đau nhức toàn thân.

Viêm nhiễm và khối u

Mặc dù không phải là nguyên nhân phổ biến gây ra đau lưng nhưng viêm nhiễm có thể là thủ phạm nếu nó xảy ra ở cột sống, chứng viêm tủy xương, hoặc khi chúng xâm nhập vào đĩa đệm giữa 2 đốt sống.

Các khối u cũng vậy, hiếm khi là nguyên nhân gây đau lưng. U cục có thể xuất hiện ở lưng nhưng thường chúng là các khối u ác tính di căn.

Mặc dù các nguyên nhân gây đau lưng phần lớn xuất phát từ chính cơ thể nhưng điều quan trọng cần nhớ là tâm trạng stress có thể gây ra tình trạng đau lưng và kéo dài tình trạng này. Stress có thể ảnh hưởng tới cơ thể theo nhiều cách, trong đó bao gồm cả gây đau cơ lưng, khiến người bệnh có cảm giác đau và căng tức khó chịu.