

新竹市立馬偕兒童醫院

地址：

30070

新竹市東區建功二路 28 號

電話：

03-5719999

· 人工掛號電話：(03)5729595

週一~週五上午 8:00~17:00

週六上午 8:00~12:00

修訂: 2022/11/21

復健科



新竹市立馬偕兒童醫院

委託台灣基督長老教會馬偕醫療財團法人興建經營

(C)Mackay Memorial Hospital All Rights Reserved.

馬偕紀念醫院 著作權所有 · 並保留一切權利

新竹市立馬偕兒童醫院復健科 物理治療師 林欣宜

斜頸一般俗稱為歪脖子，嬰幼兒的症狀主要是頭部會傾向一側且轉向對側。臨床上常會觀察到嬰幼兒頭部習慣轉向一側，當家長想嘗試將頭部轉向另一側時，嬰幼兒會哭鬧不喜歡頭部轉向。也會發現有些個案會有**斜頸畸形**或是有**不對稱顏面**情形產生。斜頸主要是因為一側的胸鎖乳突肌長度太短或是肌肉攣縮導致的，有些是因為先天肌肉本身異常，那也可能是次發於中樞神經系統或是上段頸椎異常導致。

斜頸可能的病因有：胎內姿勢不良、生產時受傷、胸鎖乳突肌室間症候群、遺傳、生產方式(臀位產者發生機率較高)。

一般臨床評估會從**外觀、觸診和儀器檢查**三個部份為主。

A 外觀：觀察頸部和臉部肌肉是否有不對稱、頭形和休息時頭部姿勢

B 觸診：頸部關節活動度檢查、胸鎖乳突肌是否有腫塊

C 儀器檢查：超音波儀器檢查、X-ray 檢查(主要是篩檢上段頸椎異常)

根據臨床評估檢查又可將肌肉性斜頸症分成三大類別：

1. 胸鎖乳突肌腫塊：可在胸鎖乳突肌上觸摸到明顯腫塊，但是 X 光檢查結果為正常

2. 肌肉性斜頸：胸鎖乳突肌較緊但是觸診並未檢查出有腫塊，X 光檢查結果為正常

3. 姿勢性斜頸：胸鎖乳突肌不緊且觸診也為檢查出有腫塊，X 光檢查結果為正常

復健科物理治療師針對肌肉性斜頸症的患者復健內容大致可分為以下項目；

1. 被動牽拉運動：牽拉單側胸鎖乳突肌。將嬰幼兒頭部轉向患側同側並且同時將頭部傾向對側；剛好與肌肉收縮的方向相反。**(家長若是對於牽拉動作有疑慮請諮詢您的物理治療師)**

※單側胸鎖乳突肌肌肉收縮會做出頭部側彎同側頭同時轉向對側。

2. 誘發頭部主動動作矯正：利用頭部翻正反應誘發嬰幼兒頭部主動動作以矯正斜頸姿勢。

3. 按摩胸鎖乳突肌：利用食指和中指輕壓在胸鎖乳突肌上或是腫塊部位，手指輕輕畫圓圈緩慢沿著肌肉位置移動。按摩時請避開頸動脈的位置(若有觸摸到脈搏，此處不適合按摩)

※胸鎖乳突肌的肌肉走向是從耳後到前側鎖骨骨凸處

4. 擺位與攜抱方式：

a. 擺位：趴姿下，將頭部轉到患側；平躺時，將所有的環境刺激來源擺放在患側(嬰幼兒較少轉頭的方向) 圖一、圖二

b. 攜抱方式：



為固定端，攜抱時手須繞過幼兒雙腳中央以防幼兒滑下，手抓住幼兒單側手臂
嬰幼兒頭部靠在手肘上，手肘輕輕施一往上力 圖三、圖四

5. 超音波：針對胸鎖乳突肌的腫塊或是較緊繃的肌肉纖維組織提供局部的深層熱療，讓肌肉組織溫度提高、加強血液循環和放鬆肌肉纖維組織。

6. 頸部支架：由職能治療師依照嬰幼兒頭形量身製作。

治療師提醒：以上復健內容不適用次發於中樞神經系統病變或是上段頸椎異常之嬰幼兒。復健內容會根據不同患者而有差異，若對復健內容有問題請洽詢您的物理治療師。



圖一



圖二



圖三



圖四

預後

嬰幼兒在一歲之內接受物理治療至少有 84% 得到良好結果。若嬰幼兒於一歲之後接受 6 個月物理治療效果不佳或是接受治療前已有明顯的臉部不對稱時，則需考慮接受手術治療；最佳手術時間在嬰幼兒 1~4 歲之間，手術後嬰幼兒需穿戴支架將頭部維持於正中姿勢且術後仍需持續接受物理治療。

~如需轉載本篇文章或有任何疑問，請洽新竹馬偕兒童醫院復健科~

~新竹市立馬偕兒童醫院 關心您的健康~