小兒斜頸症的物理治療

主講人:黃慧琴

目錄

- ◆何謂斜頸
- ◆原因分類
- ◆臨床特徵
- ◆治療方法
- ◆衛教
- ◆結語

何謂斜頸

在嬰兒斜頸症中:
三分之二可發現胸鎖乳突肌有1~3公分不等的腫塊
三分之一則沒有發現腫塊

原因分類

- 骨性斜頸
- 肌肉性斜頸
- 姿勢性斜頸
- 異常張力造成的斜頸

臨床特徵

- 左側頸部可摸到硬塊。
- 頭側向左側。
- 臉轉向右側，下巴朝上。
- 嚴重時左側的臉部較小。

治療方法

物理治療：

- 超音波
- 深層按摩
- 被動牽拉運動
- 主動運動矯正

超音波

幫助患側纖維化肌肉的血液循環增加，並軟化硬塊組織。

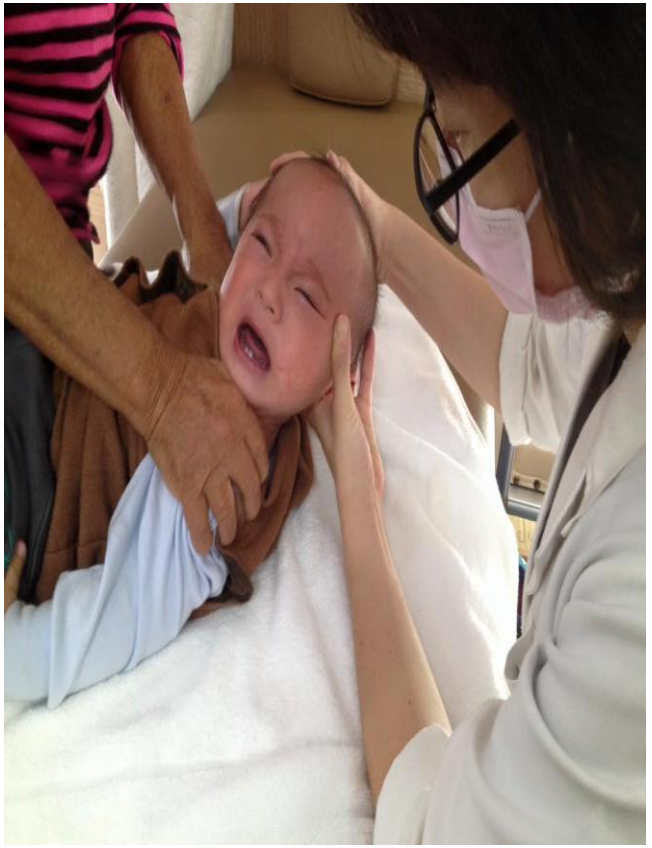
深層按摩

可鬆軟張力過高的組織。

被動牽拉運動

側邊牽拉

旋轉牽拉



被動牽拉運動

- 影片

主動運動矯正

治療方法

手術治療:

大於一歲的小孩，患側頸部旋轉度少於健側30度，

兩側臉型有大小不對稱、肌肉很緊者，便須請醫師評估。

最佳手術時間為1~4歲之間。

衛教

我是
左邊斜頸
熱敷
15分鐘
按摩
20分鐘
斜頸按摩步驟
趴著往左邊睡
(右耳貼著枕頭)
遊戲，喝ㄋㄟㄋㄟ~
頭記得轉左邊喔!

結語

- 細心觀察
- 早期治療
- 耐心練習

感謝您的聆聽