

向右看齊！ ~漫談斜頸~

文/小兒外科 謝明諭 主任
鄭廉彥 醫師

劉媽媽因懷孕時長期胎位不正，在寶寶出生1個月內都無發現任何四肢異常現象，但在寶寶滿2月大之後，發現寶寶似乎有傾向往右看的現象，且在右頸有個小硬塊，因此帶到醫院復健科做諮詢與檢查，經醫師評估後發現，長期胎位不正可能影響到寶寶肢體及頸部的發育，造成寶寶斜頸，經過6個月內的黃金治療期，配合復健科治療師的治療及居家復健照護，劉弟弟已完全恢復正常。



✚ 什麼是斜頸？

俗稱「歪脖子wry neck」的斜頸是一種常見於小兒外科症狀，也就是在自然情況下，臉部與下巴總是轉向固定的一側，而頭頸部傾向另一側的歪斜現象。其中以小兒斜頸居多，統計發生率約0.4%-0.6%，即每千位小朋友就有4-6位有先天性小兒斜頸的症狀，尤其又以偏右傾的比率較高。

依原因區分大致可分為以下幾種：

- ✓ 肌肉性斜頸：最常見的斜頸類型，約占90%以上，主要是頸部的胸鎖乳突肌攣縮造成，如：由胸鎖乳突肌硬化或纖維化、頸部組織發炎、運動傷害、睡姿不良等。
- ✓ 骨源性斜頸：最少見的類型，因骨骼異常造成，如：頸椎位移、骨折等。
- ✓ 姿勢性斜頸：僅次於肌肉性斜頸，又以斜視引發眼球肌肉不正，連動頸部肌肉作補償，如：先天性斜頸。

- ✓ 神經性斜頸：異常組織壓迫引起，如：腫瘤等。
- ✓ 異常張力造成的斜頸：因不對稱張力性頸部反射而造成，如：腦性麻痺兒童、風濕性關節炎等。

✚ 有哪些影響？

纖維化的肌肉無法正常收縮，除了失去肌肉的基本連動運動功能外，更限制了頸部兩側肌肉的不對稱發育，若無法獲得治療改善，容易引發日後大小臉、頭面部骨骼不對稱，甚至定型，也可能造成患側的臉和健側的後腦勺出現扁平化現象，及視力問題，長期下來更易引起肩頸痠痛或背痛的慢性困擾。

約有10%的斜頸兒童會有與患側相同側的髖關節發育不良，故斜頸兒童記得要做髖關節的評估。

✦ 如何發現？

常見的症狀有以下四個：

- ✓ 頭向一側，下巴朝向對側肩膀。
- ✓ 頸部出現硬塊。
- ✓ 臉部左右大小不對稱。
- ✓ 頸部活動受限。

另外，在較常見的先天性斜頸小朋友身上，大部分在媽媽子宮內頭就歪歪的，進而造成胎位不正或生產困難，出生後應多加留意寶寶頸部肌肉的功能。

✦ 治療方法有哪些？

- ✓ **非侵入性**：指物理治療。年齡較小，頭面部無不對稱現象，肌肉不會過緊的可先從物理治療做起。包括：
 - 熱敷**：用小毛巾敷在患處，即脖子與耳後到鎖骨的中間線，溫度約37-40°C。
 - 按摩**：用指腹在肌肉硬塊處，在肌肉走向垂直的方向做深層按摩約10-15分鐘。
 - 擺位**：藉由姿勢改變來影響肌肉的發展。方法有：1.使嬰兒採趴睡姿勢，頭轉向歪斜側。2.抱著嬰兒時，使頭轉向歪斜側。
 - 超音波**：其熱效應可增加肌肉的延展性，軟化硬塊組織。
 - 伸展運動(被動牽拉運動)**：將過緊的肌肉做伸展，以得到舒緩及恢復正常的柔軟性。
 - 引誘主動動作**：藉由歪斜側來餵食寶寶或從此側和寶寶做互動，以強化對側肌力。

另外，除超音波治療需由專業治療師操作外，其餘物理治療方法可經家長熟悉後在家中替寶寶復健，以達到雙管齊下得到更好的效果。

- ✓ **侵入性**：保守治療一段時間後無效，或是一歲以後症狀依然明顯，會採外科手術，如：把硬化的肌肉切開。手術後再復發的機會在5%以下

✦ 治療黃金期？

對兒童來說，6個月為最佳治療的黃金時期，一般治療期間為3~6個月。

✦ 預期後果？

斜頸症狀屬於兒童常見的外科症狀，在診斷及治療上並不困難，通常矯正後都可獲得良好的改善，重要的是早期發現，早期治療，把握黃金治療時間，對於頭頸部回歸中線正位並非難事。

✦ 常見的交互作用---先天性斜視與&先天肌源性斜頸

在眼科中，先天性斜視是常見的問題；而在外科斜頸症狀中，先天性肌源性斜頸也屬第二常見的誘發原因，兩者之間的關係並非單向而是雙向的。

因斜視而引起的歪頭，經時間累積，單側肌肉功能受到限制就會產生斜頸。因斜頸而引起的視覺不平衡，大腦為了得到影像補正，長期下來眼球也會有歪斜偏移的現象。