

斜頸

經復健科醫師檢視

一. 斜頸的原因

斜頸(肌肉性斜頸)，俗稱歪脖子，是因為頸部最大的肌肉「胸鎖乳突肌」發生纖維化所致。「胸鎖乳突肌」位於頸部的兩側，當一側的肌肉發生纖維化，這一側的肌肉即變硬、變短，會使頭部往該側歪斜，而下巴則斜向另一側。

例如左側的斜頸，即表示其左側的胸鎖乳突肌發生纖維化，此時可在其左側的脖子，摸到堅硬如骨頭的肌肉硬塊，將其頭部會傾向左側，而下巴則斜向右側。這一種肌肉纖維化的現象，早在胎兒時期就已經發生了。由於媽媽有相當高的比例，有胎位不正，甚或臀位生產的情形，使得有些父母誤會以為是因為在生產的過程中，婦產科醫師用力不當，把嬰兒的脖子扭傷所致。其實歸罪婦產科的醫師是不公平的，因為根據病理切片檢查，纖維化的肌肉都是一些成熟的纖維細胞，並沒有受傷出血的現象。常見的肌性斜頸，可在小患者胸鎖乳突肌上摸到腫塊，肌肉變短失去延展性，頭部會向患側傾斜而臉會朝向對側。斜頸未及時矯正，頭長期偏向一側，會使顱顏面生長畸形，造成斜頸症，患側下半邊顏面可能會有發育不全現象。通常在斜頸出現幾個月後才會變得逐漸明顯。

斜頸除了頭部及下巴的傾斜之外，變硬、變短的肌肉，也會使頭部向患側的轉動不靈活，因而造成患側的臉頰萎縮彎小，而有臉頰不對稱，肩膀一高一低的現象：也會因為睡覺的時候，頭部長期的傾斜，久而久之也會造成對側後頭骨的扁平和變形。這種嚴重的後果，不僅外觀不美觀，甚至會造成自卑心理，影響幼兒日後的學習的能力和人格的發展，因此嬰兒斜頸症一定要及早治療。



林新醫院
臺中市南屯區惠中路三段36號
電話：04-2258-6688#1751



烏日林新醫院
臺中市烏日區榮和路168號
電話：04-2338-8766#1751

二. 治療

六個月內施以適當的物理治療，常會加速肌肉軟化而痊癒，纖維化的肌肉，約有一半的人會變軟而痊癒，然而有的人軟化得甚快，而有些人則甚慢。如在六個月內施以適當的物理治療，常會加速肌肉軟化而痊癒，甚至不會留下任何後遺症。

➤ 治療目標：

1. 增加頸部的活動
2. 外觀看起來頭是正的

➤ 保守療法：

1. 治療的方法是以大拇指輕按摩肌肉硬塊，並將嬰兒的臉轉向患側，逐漸使下巴能靠到患側的肩膀。如此每天作三到四次，每次約五到十分鐘，力道則以嬰兒能忍受的程度為準。
2. 被動性伸展運動,10-15次,每次10-30秒.
3. 適當擺位,在餵奶時，儘量誘使嬰兒的頭部轉向患側，和嬰兒玩時，也儘量以鈴聲或亮光等，誘使嬰兒頭部轉向患側，這些都可以使纖維化的肌肉達到伸展、延長和軟化的目的。及早治療效果好
4. 一歲以上,如果物理治療仍無法有效地使肌肉硬塊變軟，則應考慮手術治療。

