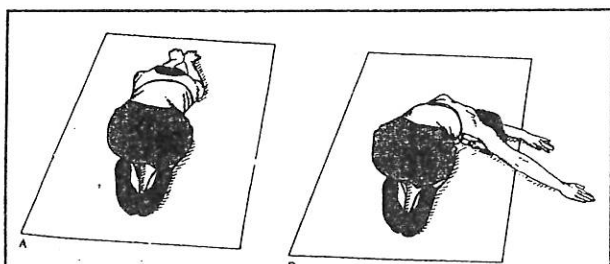




S型(從正面看)  
脊柱側彎病人的  
伸展運動(2)



S型(從正面看)  
脊柱側彎病人的  
伸展運動(3)



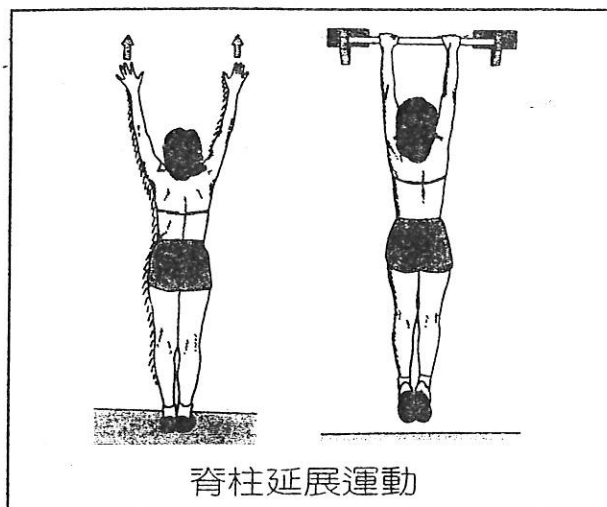
S型(從正面看)  
脊柱側彎病人的  
伸展運動(4)



S型(從正面看)  
脊柱側彎病人的  
伸展運動(5)



背直肌肌力  
加強運動



脊柱伸展運動



軀幹及髖關節  
伸直肌肌力  
加強運動

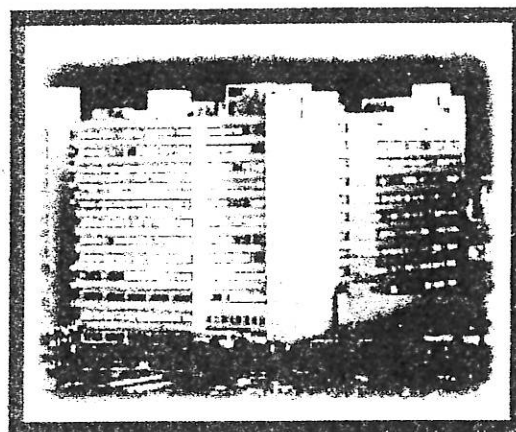


C型(從正面看)  
脊柱側彎病人  
肌力加強運動  
(1)



C型(從正面看)  
脊柱側彎病人  
肌力加強運動  
(2)

結論：  
脊椎側彎是影響外觀的疾病，角度  
太大甚至會影響呼吸及心臟功能，  
必須從小注意篩檢，以達早期發現，  
早期治療的目的。



林口長庚紀念醫院復健大樓全景

院址：桃園縣龜山鄉復興街 5號

您有任何問題時，可電話諮詢：

台北：(02)27135211 轉 3489

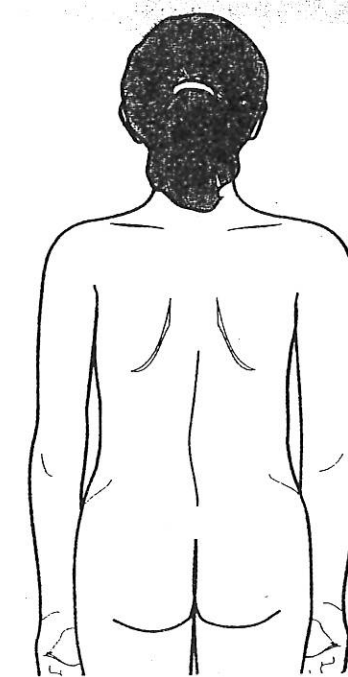
林口：(03)3281200 轉 2133

基隆：(02)24313131 轉 2378

高雄：(07)7317123 轉 2216



長庚紀念醫院  
Chang Gung Memorial Hospital



脊椎側彎

長庚紀念醫院  
長庚兒童醫院



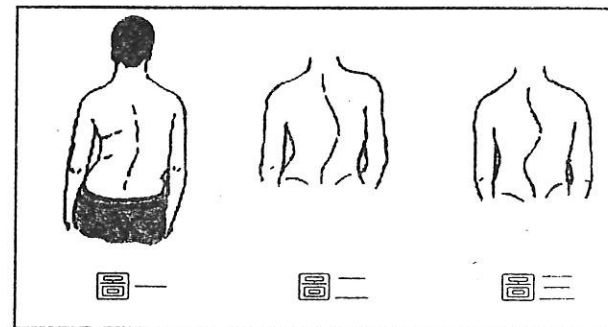
復健科護理部  
兒童復健科

## 脊椎側彎的復健治療

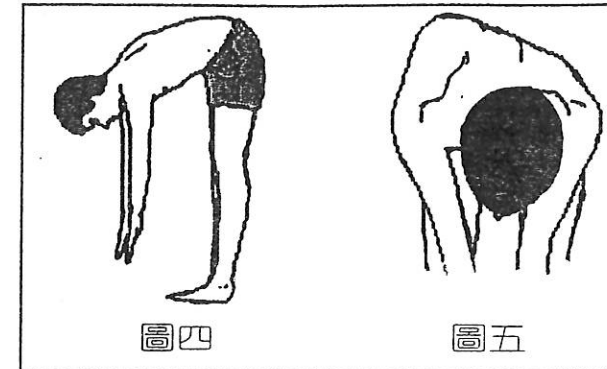
脊椎側彎 (scoliosis, 一般又稱脊柱側彎), 是指原本成直線排列的脊椎骨, 因為各種不同的原因, 造成側方向上的偏移而言 (如圖一)。脊椎側彎發生的原因, 最常見的有兩種: 一種是非結構性的 (non-structural), 例如姿勢不當或由於雙腿長度不一所導致的代償性側彎等等; 另一種是屬於結構性的異常 (structural)。例如先天性的骨髓異常, 不明原因 (有可能是遺傳性的) 以及其他神經肌肉骨骼疾病所致的脊椎側彎等等。

根據側彎在脊椎發生部位的不同, 我們可以將脊椎側彎分類為“腰椎”, “胸椎”或其他混和型的脊椎側彎。另外, 依據側彎的曲線形狀, 我們又可將脊椎側彎分為“C”曲線 (圖二) 及“S”曲線 (圖三) 兩種。側彎的曲線依發生的順序不同, 又可分為“原發性曲線” (primary curve) 及“繼發性曲線” (secondary curve)。而後者之形成, 乃是因原發性曲線產生後, 軀幹系統肌肉代償作用所致。當代償作用達到一個平衡狀態 (也就是頸椎第七節與薦椎第一節之連線跟重

力線平行) 時, 我們稱此側彎的曲線為“平衡性曲線” (balanced curve); 若尚未達此狀態, 則稱為“不平衡曲線” (imbalanced curve)。通常不平衡曲線表示脊椎側彎還在進行中, 角度還會加大。

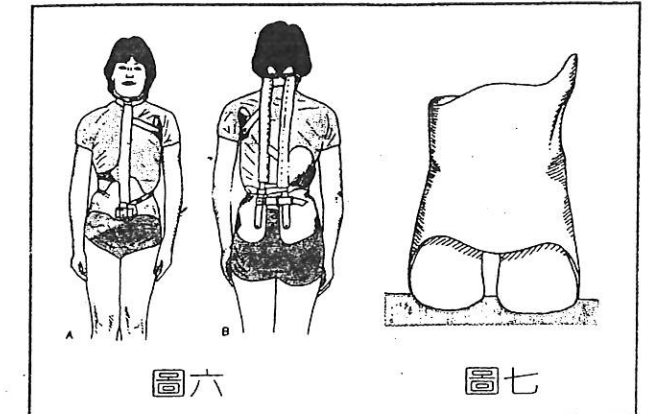


臨床上如何診斷機椎側彎呢? 除了詳細的神經及理學檢查之外, 一個脊椎側彎的患者, 站立時可能會雙肩高度不一, 骨盆傾斜, 腸骨抬昇 (elevation iliac crest), 以及腰背不正常明顯的縐褶等等現象 (請參考圖一)。其次是軀幹前屈測試 (forward bending test, 如圖四): 在胸椎的側彎有可能看到左右不對稱的肋骨突出 (如圖五); 若發生在腰椎時, 則可能看到左右不對稱的脊側機膨起。最後, 全脊椎X光攝影, 對於脊椎側彎的診斷也很有幫助。



脊椎側彎的治療原則, 是根據曲線角度的大小而定的。一般治療的方法可分為三大類:

1. 保守治療 (側彎角度20度以內): 包括坐站姿勢之矯正以及運動治療。運動治療的目的, 一方面是保持身軀的活動度; 另一方面是加強弱側肌肉 (通常是曲線突出側) 的強度。必要時, 也可以在夜間使用電刺激治療。
2. 矯正支架之使用 (側彎角度20~40度): 除上述之復健治外, 還必須使用矯正性支架。臨床上常用的有Milwaukee支架 (如圖六), OMC支架, 以及波士頓支架 (如圖七) 等等。
3. 手術治療: 若側彎角度大於45度, 則考慮以手術的方式加以矯正。



## 脊椎側彎的運動治療



骨盆腔後傾運動



S型(從正面看) 脊柱側彎病人的伸展運動(1)