

髋關節發育不良

作者：林千珍

職稱：物理治療師

工作地點：振興復健醫學中心

提供家長認識髋關節發育不良的兒童，了解疾病特徵及處理方式

什麼是髋關節發育不良？

髋關節因某些因素而不正常發育，使髋關節造成不穩定狀態，股骨頭易脫離髋臼，而導致嬰兒或幼童時期異常，也就是俗稱的髋關節脫位。一般較好發於女生，男女比約1：6，且左側居多，也有雙側同患。

為什麼會造成髋關節發育不良？

1. 生理性因素

- a. 家族史（占20%）
- b. 全身性韌帶鬆弛，懷孕末三個月，胎兒易受母體的鬆弛素影響，因而造成髋關節脫位。
- c. 風俗民情或環境因素；如日本及本土美國人常將嬰兒雙腿

■ 髋關節發育不良

伸直緊包，易造成髋關節脫位。而中國民情較常後背式，故可能會較少發生脫位。

2. 機械式因素

- a. 第一胎出生，因母親的腹肌較緊，壓迫胎兒導致關節脫位。
- b. 胎位不正，如臀位，胎兒的腳頂到母親的骶骨所致。

如何及早發現嬰兒有髋關節脫位？

1. 不對稱的大腿或臀部皮膚摺痕。
2. 大腿打開的角度受限。
3. 嬰兒平躺時，雙足併攏屈膝腳踏床面，患側的膝部會低於健側。
4. 有上述所提的可能危險因素。

髋關節脫位對孩子會有什麼影響？

孩子漸漸長大，髋關節脫位問題如無法解決，會造成孩子不良姿勢，如脊椎過度前凸，脊椎側彎，長短腿，異常步態，單側患童走路時會傾擺向患側，雙側患童，走路會左右搖擺，作劇烈運動容易疲勞。此外，尚有疼痛問題。

髋關節脫位，該如何處理？

髋關節脫位治療的方式因個案病情而異，也與發現時兒童的年齡

有關。而治療的目標就是要股骨頭復位，使穩定在髖臼內。

- (一) 新生兒～6個月大的處理方式，可使用派立克氏吊帶，使嬰兒的髖部保持在屈曲及外展的姿勢，此姿勢可使股骨復位，韌帶變緊，並促使髖臼正常生長。新生兒可同時使用二～三片尿布也有同樣效果。
- (二) 6～18個月大時，如復位不成功，則須先皮膚牽引1～3週，再做徒手復位術，並以石膏固定在髖外展的姿勢。而關節如仍有不穩則須進行開放式復位。
- (三) 超過18個月大，復位未成功，則除了開放式復位手術，也須加上骨盆或股骨切骨矯正手術。

物理治療師能幫你什麼？

1. 教導母親正確使用派立克氏吊帶，預防因不當使用而造成股骨血管性壞死。
2. 教導母親在嬰兒使用吊帶期或石膏固定期，適當感覺運動刺激，以防造成孩子發展遲緩。
3. 如孩子有發展遲緩問題，可盡早接受物理治療，使遲緩減到最低。
4. 石膏拆除後，可能會有肌力減弱及平衡的問題，物理治療給予肌力加強及平衡訓練。
5. 步態訓練。
6. 脊椎側彎之運動指導。

—— 髋關節發育不良

孩子長短腳，走路不好看，是否墊高鞋子就可解決？

要墊高鞋之前，需先確定股骨頭是否脫位，否則穿了墊高鞋可能更加劇脫位的情形。

物理治療師的叮嚀

因為兒童的髋臼於18個月大時發展最明顯，3歲後髋臼發育就緩和下來，所以如發現有髋關節發育不良就須盡早處理，以避免後續的不良姿勢與步態。

參考文獻：

1. Ratliffe KT. Disorders of the developing hip. Clinical pediatric physical therapy. 1998;77-81.
2. Tecklin JS. Juvenile rheumatoid arthritis. in Pediatric physical therapy. 1999;397-401.
3. Wale JO. Deformities of the lower extremity. In Tidy's massage and remedial exercises. 1970:295-299.
4. 廖華芳。小兒物理治療學。台北：禾楓書局有限公司；2004年。