

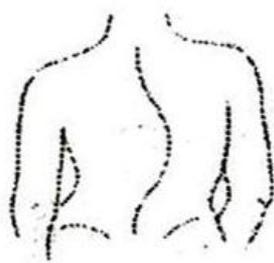
# 脊椎側彎衛教資料

## 一、前言

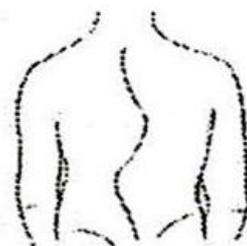
脊椎側彎（一般又稱脊柱側彎）是指原本呈正面直線排列的脊椎骨，因各種不同原因，造成向左或右側方向的偏移（如圖一、二、三）。



圖一



圖二



圖三

## 二、原因

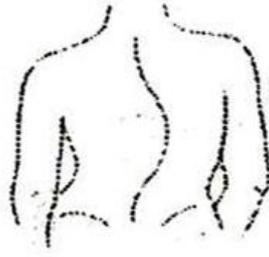
脊椎側彎發生原因最為常見有兩種：一種是非結構性，如：姿勢不當或由於雙腿長度不一所導致的代償性側彎；另一種是屬於結構性異常，如：先天性的骨骼異常、不明原因（有可能是遺傳性的）及其他神經肌肉骨骼疾病所導致的脊椎側彎。

## 三、類型

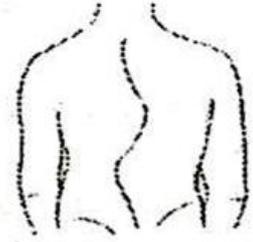
根據側彎在脊椎發生部位的不同，可以將脊椎側彎分類為腰椎、胸椎或其他混合型的脊椎側彎。另外，依據側彎的曲線形狀，可以將脊椎側彎分為C曲線（圖二）及S曲線（圖三）兩種。側彎的曲線依發生順序的不同，又可分為原發性曲線及繼發性曲線。而繼發性曲線之形成，乃是因原發性曲線產生後，軀幹系統肌肉代償作用所致。當代償作用達到一個平衡狀態（也就是頸椎第七節與薦椎第一節之連線跟重力線平行）時，稱此側彎的曲線為平衡性曲線；若尚未達此狀態，則稱為不平衡曲線。通常不平衡曲線表示脊椎側彎還在進行中，角度還會加大。



圖一



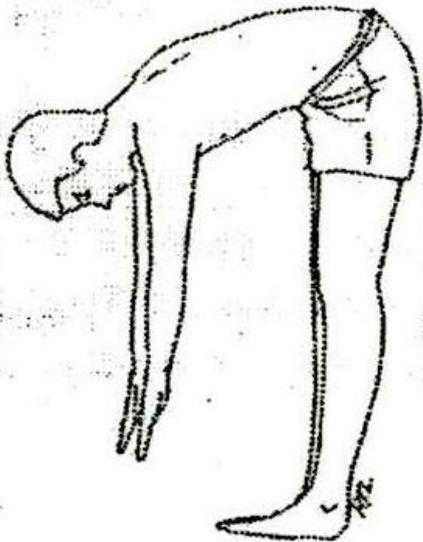
圖二



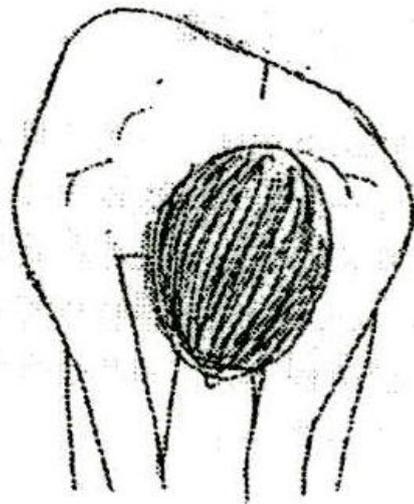
圖三

#### 四、檢查及診斷

臨床上診斷脊椎側彎除了詳細的神經及理學檢查之外，一位脊椎側彎的病人，站立時可能會有雙肩高度不一、骨盆傾斜、腸骨抬昇以及腰背不正常明顯的皺摺等現象（請參考圖一）。其次是軀幹前屈測試，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肌膨起。最後，全脊椎 X 光攝影，對於脊椎側彎的診斷很有幫助。



圖四



圖五

## 五、治療與復健方法

脊椎側彎的治療，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：

(一)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，也可在夜間使用電刺激治療。

(二)矯正背架之使用（側彎角度 20-40 度）：除上述之復健治療外，還必須使用矯正性背架。臨床上常用的有 Milwaukee 背架，OMC 背架，以及波士頓背架等。

(三)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。

## 六、預防及保健

脊椎側彎不只影響外觀，角度太大也會影響心肺功能，必須從小注意及篩檢，以達早期發現，早期治療的目的。

**本著作非經著作權人同意，不得轉載、翻印或轉售**

**著作權人：長庚醫療財團法人**

長庚紀念醫院

N494

10.1×21.5cm

100.12