

嬰兒斜頸

斜頸，俗稱歪脖子。就是頭斜斜地歪向一邊。造成頭部歪斜的原因很多，如肌肉性、神經性、外傷、發炎或頸椎不正常等，均會造成斜頸。新生兒肌肉性斜頸，是最常見的斜頸原因。新生兒會造成斜頸，乃是頸部最大的肌肉"胸鎖乳突肌"發生纖維化所致。如果右側肌肉發生纖維化，該肌肉會變短、變硬，導致頭部往右側歪斜，而下巴則斜向左側。此時可在右側脖子摸到堅硬的肌肉硬塊。

出現症狀的時間可以發生在剛出生時或一個月內逐漸出現，如果斜頸症狀持續存在，則繼發性的臉頰不對稱、肩膀一高一低、斜頭等嚴重後果會發生。不僅外觀不雅，甚至會造成自卑心理，影響學習能力和人格發展，因此斜頸一定要及早治療。其目的在於消除肌肉硬塊，增加頸部關節活動度，矯正顏面不對稱和頭部傾斜。

如果在六個月內接受適當的復健治療，可以加速肌肉的軟化而痊癒，甚至不會留下任何後遺症。治療方法有下列幾種：局部熱敷約二十分鐘使肌肉放鬆，然後用指尖按屏硬塊，每次約五分鐘左右。另外超音波對硬塊也有軟化的功效。被動伸張運動則是指將嬰兒的臉儘量轉向患側，並將下巴稍微向上揚，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。上述運動在寶寶剛吃飽時不要做，以免寶寶吐奶。在家中也可以盡量讓寶寶趴著睡，患側臉頰要朝上。在餵奶時，奶瓶放在患側上方，誘使嬰兒頭部轉向患側，和嬰兒玩時，也儘量用鈴聲或亮光，誘使嬰兒頭部轉向患側，以上這些方法都可以使纖維化的肌肉達到伸展、延長和軟化的目的。

斜頸的預後與疾病嚴重程度及開始治療之年齡密切相關。一歲以前治療，有百分之七十的病人不用開刀。如果兩歲以上還是斜頸，通常需要開刀治療，開完刀後，頭部必須用頭圈或副木支撐在正確位置一段時間。如果拖得很晚才開刀治療的話，手術後頭部仍會有習慣性的歪斜，此時需物理治療以及四到五個月頭圈的矯正，頭才會固定在正確的位置上，可是頸部及臉頰的變形，還是無法恢復正常，因此奉勸家長不要忽視斜頸，及早治療可以有較佳的治療效果。