



## 如何协助「半身痉挛型脑麻痹」的孩子

### 那些治疗对患有半身痉挛型脑麻痹的儿童有帮助？

根据其不同的病情和活动能力，有以下的治疗方法，包括：

1. 各种康复治疗，以维持及改善儿童的活动能力和肌肉长度和力度。
2. 使用矫形器维持儿童的肌肉长度和预防挛缩。
3. 减低肌肉张力：

肌肉注射肉毒杆菌，会阻止神经肌肉传送而令肌肉无力，注射后可短暂减低肌肉张力。肉毒杆菌注射的疗效一般为 3 至 6 个月，期间需进行康复治疗，对改善肌肉长度及协助儿童学习新技巧至为重要，例如：上肢有较成熟的抓握能力、或下肢有较理想的步行姿势。

4. 如果筋腱有挛缩或关节有变形，便可能需要骨科手术矫正，青少年较为常见，因他们的骨骼成长较为成熟。

### 半身痉挛型脑麻痹的儿童能走路吗？

半身痉挛型脑麻痹的儿童多能自行走路及上落楼梯，有些也能跑及跳，但单边身体控制能力弱及肌肉张力高，影响其步行姿势，肌力、平衡及协调能力也较弱，影响他们参与体能活动，故此，儿童需要多锻炼患肢。



## 如何改善儿童的单边身体控制能力弱的问题？

1. 鼓励儿童在日常生活及活动中，尽量多用患肢。
2. 鼓励儿童于活动时注意身体对称，例如：儿童做桌面活动时身体会倾斜一侧，需要纠正他们的姿势。
3. 儿童需要各样足够的肌力来进行大肌肉活动训练，以提升体能，重点包括以下几方面：
  - ◇ 锻炼患肢的肌力
  - ◇ 练习患肢关节的控制及协调
  - ◇ 平衡训练

## 如何帮助儿童处理单边肌肉张力高的问题？

单边身体肌肉张力高和协调弱，会导致筋腱挛缩和肌肉活动不平均，保持肌肉柔韧度和长度对关节正位尤其重要。可以用不同方法拉筋来达到以上效果：

- ◇ 照顾者需为幼童拉筋
- ◇ 儿童可学习自行拉筋或利用自己身体重量站立拉筋及伸展活动
- ◇ 按需要在日间或夜间穿戴矫形器具

## 穿戴矫形器具有甚么好处，要注意甚么？

1. 儿童穿戴脚托可以改善走路的步姿及稳定性，佩戴手托则可以辅助手部活动。
2. 向儿童解释矫形器具的用途和重要性，有助他们接受及愿意在日常生活中佩戴。
3. 留意儿童佩戴矫形器具时有否感到不适，提醒儿童说出来，并检查有没有压力位，避免弄伤皮肤。



## 还有其他方面需要注意吗？

1. 把运动融入日常生活，是有效及实用的做法。例如：在成人看顾下自行提取物品、多走路及行楼梯、背书包等。
2. 鼓励儿童积极参与运动，其中一个方法是参加游戏或体育活动。例如：社区举办的跳舞、健身或游泳班。
3. 如已接受肉毒杆菌注射或骨科手术，更需要进行密集的康复治疗。

## 儿童因应肢体情况，需要每天重复进行治疗训练，照顾者应否减少儿童的游戏时间？

儿童透过游戏来认识自己和世界，在游戏的过程中，他们能够得到快乐及感受自由；所以照顾者仍需每天安排不同的时段与儿童一起玩耍，这不但是协助儿童学习的好机会，照顾者亦可享受与儿童互动的时光。

## 儿童的手部控制及双手运用较弱，以致影响操弄玩具的能力，照顾者应怎么办？

- 鼓励儿童多用双手参与游戏，例如：在地上爬、在公园玩攀登架、双手握着秋千的绳子、抛大球、双手握着扶手来踏单车等。
- 多用患侧上肢的掌心及指尖去接触不同质感的物料，例如：软、硬、顺滑、粗糙等质料。
- 鼓励儿童多运用患侧上肢，例如：点名时举手、翻开掌心向天、拿大积木、握鼓棒、拿皮球等。



- 鼓励儿童双手协调运用：
  - ✧ 多作对称的双手活动，例如：拍掌、洗手、拉开或拼插大珠串等
  - ✧ 利用患侧上肢固定玩具、另一手作较精细的操作，  
例如：开盒盖、扭樽盖、玩上链玩具等

## 儿童年纪还小，而且身体协调弱，照顾者应否帮助儿童完成所有自理活动？

自理能力是儿童其中一个重要的发展技能。透过自理训练，不但能提高小肌肉协调能力，亦能提升独立能力及自我形象。照顾者可参照职业治疗师的建议，按儿童的肌能及认知能力替儿童订立目标，让他们在安全及其能力范围内参与自我照顾的活动。

## 如何培养儿童的自理能力？

- 训练儿童用双手进食：
  - ✧ 若儿童患侧上肢的活动能力较逊，鼓励在进食时，以患侧固定饭碗，使身体维持在中线及对称的位置。
  - ✧ 若儿童患侧上肢的活动能力较佳，让儿童以患侧拿着餐具进食，以提升其控制能力。
  - ✧ 选用双耳杯，让儿童双手并用地饮水。
- 按儿童的能力，选用合适的姿势进行穿衣活动，例如：背靠墙坐在地上穿脱鞋袜。
- 鼓励儿童多参与日常的自理活动，例如：拿杯子、扭毛巾、抹桌子、收拾玩具等。
- 洗澡时，要求儿童翻开患侧掌心向天，然后把视液抹在身上。



## 于日常生活中，照顾者可以怎样做？

- 让儿童保持上肢的活动幅度最为重要，每天为儿童进行拉筋及伸展活动，并按建议在日间或夜间为儿童佩戴矫形器具。
- 当进行桌面活动时，多鼓励将患侧上肢放在桌面上。



卫生署儿童体能智力测验服务  
香港特别行政区政府

2021年7月版 © 版权所有

