



## 如何協助「下肢痙攣型腦麻痺」的孩子

### 有甚麼治療對患有下肢痙攣型腦麻痺的兒童有幫助？

根據其不同的病情和活動能力，有各種治療方法，包括：

1. 各種復康治療，輔以合適器材，如助行器，以維持及改善兒童的活動能力、肌腱的力度和長度及減少其功能障礙。
2. 使用矯形器材以維持兒童的肌肉長度和預防攣縮。

### 兒童下肢肌肉張力高，有方法改善嗎？

臨牀上如顯示兒童需要減低肌肉張力，可考慮以下方法：

1. 肉毒桿菌：是一種肌肉注射的藥物，會阻止神經肌肉傳送而令肌肉無力，可短暫減低肌肉張力。肉毒桿菌注射的療效一般為3至6個月，期間需進行復康治療，對改善肌肉長度及協助兒童學習新技巧至為重要，例如：上肢有較成熟的抓握能力、或下肢有較理想的步行姿勢。
2. 有些兒童可能適合接受選擇性脊神經後根切斷術。手術是將部分感官神經根切斷，令過分活躍的反射得到改善，使肌肉張力回復到較正常的狀態。兒童在手術後須接受密集式復康訓練。

### 還有其他骨科手術的需要嗎？

1. 如果筋腱有攣縮或關節有變形，便可能需要骨科手術矯正，青少年較為常見，因他們的骨骼成長較為成熟。
2. 兒童的臍關節也需按時接受檢查，如有脫位的危機，適時的骨科手術介入是重要的。



## 下肢痙攣型腦麻痺的兒童能走路嗎？

兒童大多會因其下肢控制能力弱及肌肉張力高，影響其步行能力。有些能自行走路，有些則需要使用步行器材，有些更需要使用輪椅。要諮詢物理治療師關於選擇合適的步行器材或輪椅，學習如何使用來提升兒童的自我活動及步行能力。

## 除了肌肉張力高，兒童身體會出現甚麼問題？如何改善？

1. 肌肉張力高和下肢控制能力弱會導致雙腳筋腱攣縮和肌肉不對稱，保持肌肉靈活性和長度及關節正位至為重要：
  - ◇ 照顧者需為幼童拉筋
  - ◇ 兒童可學習自行拉筋，或利用自己身體重量站立拉筋及伸展活動
  - ◇ 按需要在日間或夜間穿戴矯形器具
2. 兒童的肌力弱，針對肌肉力量的鍛鍊尤其重要，可鼓勵兒童主動投入日常的活動，例如：主動爬行或步行來獲取食物和玩具。
3. 兒童步姿異常及步行耐力比較弱，所以步行訓練是體能訓練的重要一環。在不同環境如室內或戶外，可能需要運用不同助行器、輪椅或電動輪椅。

## 穿戴矯形器具有甚麼好處，要注意甚麼？

1. 一些兒童需要穿戴腳托，以改善走路的步姿及穩定性；有些則需要晚上佩戴，以防止肌腱攣縮。
2. 向兒童解釋矯形器具的用途及循序漸進地慢慢增加穿戴時間，有助兒童更願意接受該器具。
3. 注意兒童配戴矯形器具時有否感到不適，也可檢查因長時間穿戴而肢體有沒有壓力位，避免弄傷皮膚。



## 還有其他方面需要關注嗎？

1. 良好的姿勢對保持骨骼發展至為重要：

✧ 部分兒童可能需要特別的座椅來保持良好的坐姿，為上肢活動提供承托

✧ 鼓勵兒童挺直站立，避免雙膝屈曲，盡量腳掌向前及腳踭貼在地上

2. 把運動融入日常生活，例如：自己揹負書包或袋、多走路、在成人看顧下行樓梯等。

3. 鼓勵兒童積極參與體能活動，例如：多去公園或參加體能活動班等。

4. 如已接受肉毒桿菌注射、腦外科或骨科手術，更需要進行密集的康復治療。

## 兒童因應肢體情況，需要每天重覆進行治療訓練，照顧者應否減少兒童的遊戲時間？

兒童可透過遊戲來認識自己和世界，在遊戲的過程中，他們能夠得到快樂及感受自由；所以照顧者仍需每天安排不同的時段與兒童一起玩耍，這不但是協助兒童學習的好機會，照顧者亦可享受與兒童互動的時光。

## 兒童小肌肉能力較弱，照顧者應怎辦？

- 當玩玩具時，嘗試不同的姿勢，例如：半膝跪、側坐，從而加強身體及手部的控制。
- 安排合適高度的桌椅，讓兒童雙腳踏地及手肘放在桌子上，使手部能更自如地把玩精細玩具。
- 加強兒童手指靈活運用，例如：模仿不同手指動作及扭樽蓋等。



## 兒童年紀還小，而且身體協調弱，照顧者應否幫助兒童完成所有自理活動？

自理能力是兒童其中一個重要的發展技能。透過自理訓練，不但能提高小肌肉協調能力，亦能提升獨立能力及自我形象。照顧者可參照職業治療師的建議，按兒童的肌能及認知能力替兒童訂立目標，讓他們在安全及其能力範圍內參與自我照顧的活動。

### 如何培養兒童的自理能力？

- 因小肌肉能力較弱，兒童需較長時間完成自理的活動，照顧者應多包容及讚賞他的積極參與。
- 按兒童的能力，選用合適的姿勢進行穿衣活動，例如：用背靠牆坐在地上穿脫鞋襪。
- 鼓勵兒童多參與日常的自理活動，例如：拿杯子、摺毛巾、抹桌子、收拾玩具等。
- 部份兒童或需要使用特別餐具，例如：粗柄羹、曲柄羹、防溢碟、防滑墊等。如有需要，請諮詢職業治療師。



衛生署兒童體能智力測驗服務  
香港特別行政區政府

2021年7月版 © 版權所有

