



## 如何協助「徐動型腦麻痺」的孩子

### 有甚麼治療方法對徐動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. 藥物治療，以改善肌肉張力。
2. 復康治療，以維持及改善兒童的活動能力、肌力和功能，以及減少其功能障礙。
3. 使用各種康復器材維持兒童的適當姿勢和肌肉長度，幫助其活動能力。

### 改善肌肉張力的藥物有那幾種？

1. 口服肌肉鬆弛藥物：最常用的藥物為巴氯芬(baclofen)、安定(diazepam)等。常見副作用為昏睡、作嘔、記憶力差和乏力。
2. 巴氯芬鞘內注射 (Intrathecal Baclofen)可以改善功能和姿勢。
3. 肉毒桿菌注射可為部分兒童短暫地減低局部肌肉的痛楚，療效一般為 3 至 6 個月。期間需進行復康治療，對協助兒童建立良好姿勢及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。



## 兒童不能自行坐立及走路，如何幫助他？

1. 為避免身體變形和關節扭曲，要定時將兒童放在不同的位置，但須注意頭部正中及身體對稱，例如：
  - ◇ 睡覺時保持仰臥姿勢，避免關節扭曲
  - ◇ 坐著時，給予特別設計的座椅，能固定頭部和身體正中及保持脊椎挺直，以防脊柱側彎
  - ◇ 利用企架協助站立，建議每天負重站立至少一小時，以預防髖關節脫位
2. 使用各種復康器材來固定身體不同部分，例如：特別座椅、固定手、腳、腰的帶子或腳托等，以便能參與日常活動。
3. 雖然兒童活動能力有限，但也要鼓勵兒童在地墊上練習自主活動，例如：抬頭、轉身及伸展四肢等。
4. 幼童外出時一般應使用手推車。兒童漸漸長大後，電動輪椅可大大提升其獨立活動能力。如有需要，可諮詢物理治療師。

## 兒童需要全時間照顧，照顧者要注意甚麼？

1. 盡量將兒童的不同姿勢(如俯臥、側臥、坐及站立)及活動練習，融入每日生活流程之中；遊戲和日常活動也可以在不同姿勢中進行，例如：俯臥、側臥、坐。
2. 為避免受傷，照顧者應有正確的扶抱姿勢，盡量將兒童靠近身體，抱起他們時要保持背部挺直，並使用腿部力量支撐身體。
3. 兒童需要外出時，鼓勵使用能固定孩子的手推車，如有需要可諮詢物理治療師。



## 兒童走路不穩，動作控制能力弱，如何幫助他？

1. 需學懂如何固定肢體，以提升穩定性，例如：
  - ◇ 走路時緊握雙手，可減少不自主動作
  - ◇ 進行枱面活動時，需保持雙腳平放在地上、固定身體及輔助手，以致更有效運用主用手
2. 把運動融入日常生活，是有效及實用的做法，例如：在成人看顧下自行提取物品、多走路及行樓梯、揸書包等。
3. 鼓勵多作體能活動，以提升整體平衡、協調能力及肌力，例如：緩步跑、球類及攀爬活動等，惟需注意安全。也可參與社區舉辦的跳舞、健身或游泳班。

## 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。

## 兒童的活動能力有很大限制，照顧者在遊戲時應怎辦？

- 照顧者與兒童玩耍時，鼓勵兒童保持頭部在中線，有助兒童保持軀幹及四肢在對稱的姿勢，從而促進眼神接觸及交流。
- 將玩具擺放在兒童的中線位置，以吸引他們的注意，這有助兒童保持軀幹及四肢在對稱的姿勢。



- 為兒童安排合適的桌椅，讓兒童的身體及上肢能保持在對稱的姿勢，減少不正常的肌張反射。如需要為兒童訂造特別櫈，可諮詢醫生及治療師的意見。
- 照顧者邊唱兒歌，邊協助兒童用手觸摸自己的身體部位，以加強對身體的認識。
- 照顧者以發光或發聲的玩具引起兒童的興趣及注視，同時鼓勵兒童以目光或聲音表達喜好。
- 日常多給予不同的觸感經驗，例如：協助兒童用手摸軟、硬、順滑、粗糙質感的物料。

## 兒童在運用手部時，有較多不自主的動作，照顧者應如何幫助他？

- 選擇合適高度的桌椅，以鼓勵兒童手肘放在桌上，能加強上肢穩定性。
- 需要時可把玩具放在防滑墊上，或協助兒童用手固定玩具。
- 多進行手眼協調活動，例如：疊物件、穿珠。

## 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逐步建立自我照顧能力。



## 如何培養兒童的自理能力？

- 兒童的不自主動作，會影響自理活動的效果及需要更多的時間，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自理活動，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、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。

## 對於活動能力有很大限制的兒童，照顧者在日常生活中可以怎樣做？

- 扶抱時，照顧者除了關注自己的姿勢，亦需注意把兒童的頸部和臀部保持在屈曲姿勢及對稱位置，使成人能較輕易及安全地扶抱兒童。
- 當坐在特別櫈餵食時，兒童需伸直雙手及握著扶手，以保持穩定及挺直的姿勢。如有需要，可用輔助器具，例如：手紮。
- 照顧兒童穿脫衣服時，協助兒童保持對稱的姿勢，以減低不對稱的肌肉反射。
- 協助兒童洗澡時，應把浴盆穩固地放在合適高度的位置，好讓照顧者能保持腰背挺直地坐著或站著的姿勢。照顧者可在浴盆內放置防滑墊或浴網，以防止兒童發生意外。



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

