



如何協助「半身痙攣型腦麻痺」的孩子

那些治療對患有半身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，有以下的治療方法，包括：

1. 各種復康治療，以維持及改善兒童的活動能力和肌肉長度和力度。
2. 使用矯形器維持兒童的肌肉長度和預防攣縮。
3. 減低肌肉張力：

肌肉注射肉毒桿菌，會阻止神經肌肉傳送而令肌肉無力，注射後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。

4. 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。

半身痙攣型腦麻痺的兒童能走路嗎？

半身痙攣型腦麻痺的兒童多能自行走路及上落樓梯，有些也能跑及跳，但單邊身體控制能力弱及肌肉張力高，影響其步行姿勢，肌力、平衡及協調能力也較弱，影響他們參與體能活動，故此，兒童需要多鍛鍊患肢。



如何改善兒童的單邊身體控制能力弱的問題？

1. 鼓勵兒童在日常生活及活動中，儘量多用患肢。
2. 鼓勵兒童於活動時注意身體對稱，例如：兒童做桌面活動時身體會傾斜一側，需要糾正他們的姿勢。
3. 兒童需要各樣足夠的肌力來進行大肌肉活動訓練，以提升體能，重點包括以下幾方面：
 - ◇ 鍛鍊患肢的肌力
 - ◇ 練習患肢關節的控制及協調
 - ◇ 平衡訓練

如何幫助兒童處理單邊肌肉張力高的問題？

單邊身體肌肉張力高和協調弱，會導致筋腱攣縮和肌肉活動不平均，保持肌肉柔韌度和長度對關節正位尤其重要。可以用不同方法拉筋來達至以上效果：

- ◇ 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

穿戴矯形器具有甚麼好處，要注意甚麼？

1. 兒童穿戴腳托可以改善走路的步姿及穩定性，佩戴手托則可以輔助手部活動。
2. 向兒童解釋矯形器具的用途和重要性，有助他們接受及願意在日常生活中佩戴。
3. 留意兒童佩戴矯形器具時有否感到不適，提醒兒童說出來，並檢查有沒有壓力位，避免弄傷皮膚。



還有其他方面需要注意嗎？

1. 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。
2. 鼓勵兒童積極參與運動，其中一個方法是參加遊戲或體育活動。例如：社區舉辦的跳舞、健身或游泳班。
3. 如已接受肉毒桿菌注射或骨科手術，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。

兒童的手部控制及雙手運用較弱，以致影響操弄玩具的能力，照顧者應怎辦？

- 鼓勵兒童多用雙手參與遊戲，例如：在地上爬、在公園玩攀登架、雙手握著鞦韆的繩子、拋大球、雙手握著扶手來踏單車等。
- 多用患側上肢的掌心及指尖去接觸不同質感的物料，例如：軟、硬、順滑、粗糙等質料。
- 鼓勵兒童多運用患側上肢，例如：點名時舉手、翻開掌心向天、拿大積木、握鼓棒、拿皮球等。



- 鼓勵兒童雙手協調運用：
 - ◇ 多作對稱的雙手活動，例如：拍掌、洗手、拉開或拼插大珠串等
 - ◇ 利用患側上肢固定玩具、另一手作較精細的操作，
例如：開盒蓋、扭樽蓋、玩上鏈玩具等

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？

- 訓練兒童用雙手進食：
 - ◇ 若兒童患側上肢的活動能力較遜，鼓勵在進食時，以患側固定飯碗，使身體維持在中線及對稱的位置。
 - ◇ 若兒童患側上肢的活動能力較佳，讓兒童以患側拿著食具進食，以提升其控制能力。
 - ◇ 選用雙耳杯，讓兒童雙手並用地飲水。
- 按兒童的能力，選用合適的姿勢進行穿衣活動，例如：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、扭毛巾、抹桌子、收拾玩具等。
- 洗澡時，要求兒童翻開患側掌心向天，然後把視液抹在身上。



於日常生活中，照顧者可以怎樣做？

- 讓兒童保持上肢的活動幅度最為重要，每天為兒童進行拉筋及伸展活動，並按建議在日間或夜間為兒童佩戴矯形器具。
- 當進行桌面活動時，多鼓勵將患側上肢放在桌面上。



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

