

兒童姿勢異常

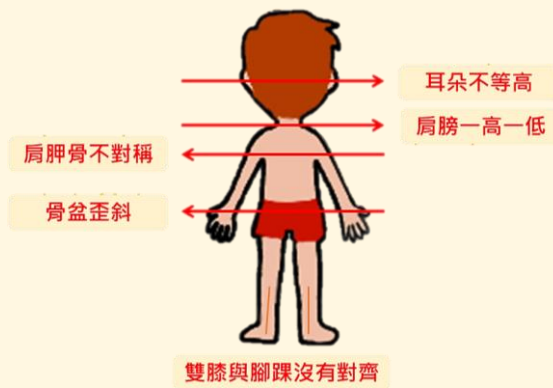
孩子為什麼總是站 37 步??

現代小孩可能因出門機會較少，缺乏運動或長期不良的生活習慣，導致肌力、肌耐力不足，而出現姿勢不良的現象。您是否發現小朋友在站姿或坐姿看起來總是歪七扭八，走路感覺怪怪的又經常跌倒。

1.外表觀察

關於兒童站姿異常，該如何評估孩童有無姿勢上的不對稱呢？

家長可先從外觀進行觀察，如：小朋友肩膀是否一高一低、骨盆是否有歪斜等身體不對稱的情形(如下圖)。



若發現孩子的姿勢有明顯的異常，或經常抱怨會有腳痛或腰痛的問題，應適時尋求醫療協助。

2.不良影響

孩子異常姿勢可能衍生以下幾種疾病：

- ◆ 功能性長短腳：兩隻腳的長度差異大於 2.5 公分以上，X 光骨骼結構無異常。
- ◆ 脊柱側彎：彎腰時背側有一側凸起，並經由 X 光確定有側彎的角度。
- ◆ 功能性扁平足：3 歲以上的孩童當踩在地板承重時足弓出現明顯塌陷。

3.診斷與治療

影響姿勢的原因多種多樣，在經過復健科醫師檢查骨骼肌肉結構上的問題後，會由治療師為小朋友量身訂製個別化的運動訓練、衛教正確的姿勢，並適時轉介，讓小朋友能夠早期接受治療矯正。



個別化設計活動關卡



利用『挪威紅繩懸吊系統』矯治

