

兒童「劓」揆頸？ 小心是嚴重頸椎病

「劓」揆頸十分常見，但若孩子持續出現頸部僵硬、疼痛，家長們就要多加小心。港大醫學院矯形及創傷外科學系的專家指出，「寰樞椎旋轉脫位」是一種常見於12歲以下兒童的頸椎病，許多家長誤以為是「劓」揆頸，延誤了治療，導致病情惡化為「枕骨寰樞椎旋轉脫位」。

據了解，「枕骨寰樞椎旋轉脫位」是一種相對罕見的頸椎損傷，可能引起頸部和面部畸形，或使神經受損。病症主要表現為頸部疼痛、斜頸、頭暈，甚至麻木或無力。「劓」揆頸是指睡覺時因姿勢不當或其他原因，導致的頸部肌肉痙攣。通常發生在孩子睡醒時，會突然感到頸部疼痛、僵硬，難以轉動頭部。與「枕骨寰樞椎旋轉脫位」不同，「劓」揆頸主要涉及肌肉和韌帶的問題，而不是骨骼或關節的脫位。「枕骨寰樞椎旋轉脫位」屬於一種更嚴重的情況，涉及頸椎和枕骨之間的結構性問題，需要醫學評估和施手術。

及時治療免情況惡化

如果頸部疼痛且伴隨明顯的神經症狀，有可能患上「枕骨寰樞椎旋轉脫位」，需要及時就醫。

如果症狀較輕，並且主要是肌肉疼痛，則通常是「劓」揆頸，可以自我護理改善。港大醫學院矯形及創傷外科學系的專家表示，每年有10多宗相關個案，而在近幾年的個案中有70%的患者，是因為延遲治療或不當處理，惡化成「枕骨寰樞椎旋轉脫位」。

一旦病情惡化便很有可能需要做手術，比如將金屬針插入顱骨的「Halo重牽引治療」或頸椎融合手術。建議家長們發現小朋友出現「劓」揆頸情況，且維持一周仍未好轉時，需要盡快尋求專科醫生的幫助，以免病情惡化。另外，在還沒有接受適當的評估時，不要進行任何手法治療，例如按摩等。

家長們及時關注和專業處理，是保護孩子健康的重要一環。當辨別出小朋友只是「劓」揆頸時，家長又要如何去幫助孩子緩解症狀呢？如果「劓」揆頸不算嚴重，可自行熱敷患處10至15分鐘，放鬆軟組織。也可以在孩子能忍受的情況下，盡量進行頸部伸展動作。如果使用上述方法後，頸痛毫無改善，便要尋求物理治療師協助，以熱療、電療、按摩或頸椎牽引等方式，改善頸部肌肉痛症。

家長需要注意子女枕頭的高度，減少出現「劓」揆頸的情況。



兒童出現嚴重的頸痛，有可能是「枕骨寰樞椎旋轉脫位」必須提防。

相信不少家長都遇過孩子「劓」揆頸，由於睡覺姿勢不當或枕頭高度不適，孩子可能會出現這種症狀。一般來說，「劓」揆頸會在2至3天內自行痊癒，家長可以透過簡單的按摩幫助孩子緩解疼痛和肌肉僵硬。然而，家長們需留意，這種情況可能預示着一種特殊的頸椎疾病，有機會導致頸部及面部畸形，甚至引起致命性神經損傷。本期兒童健康介紹一種兒童特殊頸椎病「枕骨寰樞椎旋轉脫位」，幫助家長了解「劓」揆頸與「枕骨寰樞椎旋轉脫位」的區別，及時獲得最佳治療。

教育佳記者唐雪婷整理

港大醫學院矯形及創傷外科學系專家曾舉行記招，呼籲家長如發現小朋友出現「劓」揆頸時，應該盡快轉介專科醫生診治。左二及左三為患者及其家屬。



「劓」揆頸與「枕骨寰樞椎旋轉脫位」大不同

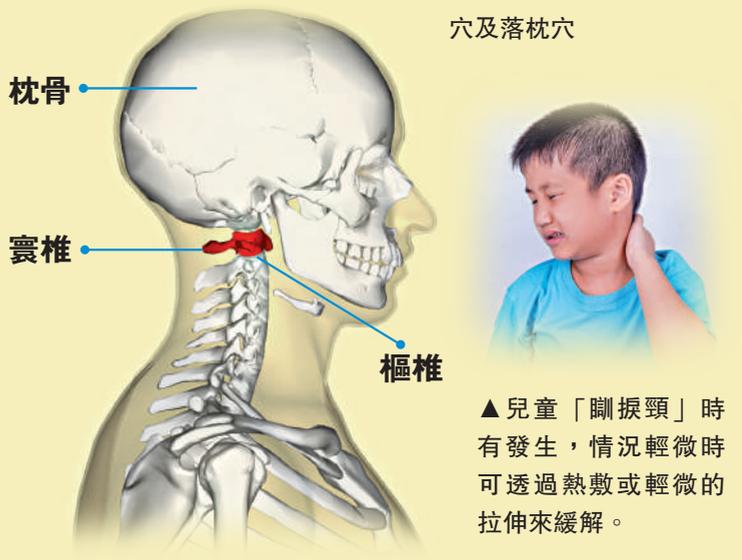
	劓」揆頸	枕骨寰樞椎旋轉脫位
症狀	頸部肌肉的疼痛和僵硬。通常在睡眠中因為不良姿勢導致，醒來時感覺頸部疼痛、僵硬，並且頸部活動受限	更嚴重的頸部疼痛，頭部歪斜（斜頸）、可能伴有神經症狀如手臂麻木、無力，甚至出現頭暈或視覺障礙
疼痛性質	疼痛通常是肌肉性的，可能在頸部、肩膀和上背部都有所體現	涉及到骨骼和關節，因此疼痛可能更劇烈並且持續
活動限制	頸部的轉動和傾斜受限，但通常沒有神經症狀	明顯的頸部和頸部活動限制，並伴有神經症狀
緩解方法 診斷治療	通過休息、熱敷、輕微的拉伸和非處方止痛藥可以緩解症狀	需要影像學檢查（如X射線、CT或MRI）來確診。治療可能需要頸托、牽引，甚至是手術干預

預防「劓」揆頸 小貼士

- 經常保持良好姿勢
- 多作伸展頸部肌肉運動，舒緩筋肌繃緊
- 同一姿勢不宜維持超過30分鐘
- 注意枕頭高度

中醫4招 治「劓」揆頸

- 外敷膏藥
- 內服中藥，包括：炙甘草、白芍、葛根、大棗、麻黃、生薑及桂枝
- 針刺
- 自行按壓外關穴、後溪穴及落枕穴



兒童「劓」揆頸時有發生，情況輕微時可透過熱敷或輕微的拉伸來緩解。

