

脊椎側彎(Scoliosis)簡介

什麼是脊椎側彎?

脊椎能幫助我們支撐身體，如果沒有了脊椎的支持，我們就無法正常的平衡站立、行走及活動。所謂的脊椎側彎是指，脊椎因某些原因造成向側面彎曲及旋轉，使得脊椎看起來像似「S」或者是「C」的形狀。造成脊椎側彎的確切原因至今不明，目前所知道的是，在健康者或是患有某些疾病(例如腦性麻痺及脊柱裂等)病患身上都有可能發生脊椎側彎的情形，也有可能和先天的脊椎異常有關，而在健康的孩童中，患有脊椎側彎的比率約為百分之二點五。

如何發現?

有時候脊椎側彎其實很容易發現，因為側彎的脊椎會造成人的身體向左或向右傾斜，許多患有脊椎側彎的孩童肩膀看起來會一高一低，或是腰部會不平行而看起來傾向於某一邊。如果脊椎側彎得很嚴重，不只可能會影響孩童的心肺功能，以及對脊椎的關節造成傷害，也可能影響到長大後會覺得疼痛不適。

脊椎側彎的類型：

脊椎側彎分為三大型態：功能性、結構性和原發性。

1. 功能性脊椎側彎 Functional Scoliosis

功能性脊椎側彎一般因受傷、痙攣、骨盆傾斜、長短腳等因素使得身體成舒解疼痛姿勢而引起的彎曲。因此只要有有效的針對其病源作治療或調整，便能有效地改善彎曲度數。可以透過運動姿勢訓練及關節矯正等非侵略性，較溫和的方式來治療。

2. 結構性側彎 Structural Scoliosis

結構性側彎則是先天脊椎結構不良或後天創傷以致脊椎無法直立。

3. 原發性側彎 Idiopathic Scoliosis

原發性側彎其發生原因不詳，或由多種因素集結所造成的側彎。原發性側彎佔所有側彎的百分之八十。基因、姿勢、發育、營養等綜合因素所引起，因此治療方面也得多管齊下。原發性側彎分成四大階段：嬰兒期、幼年期、發育期及成年期。越早期治療，治癒率愈高，但惡化的危險性也越高。

脊椎側彎嚴重分級：

1. 輕度脊椎側彎：側彎 <20 度者。一般 <10 度 可視為正常範圍。
2. 中度脊椎側彎：側彎 20 度 ~ 40 度 or 50 度。
3. 重度脊椎側彎：側彎 > 40 度 or 50 度,大人部份合併脊椎退化關節炎。若側彎>60 度 or 70 度,常造成心肺功能障礙。

如何治療?

除了一般的觸、視診外，醫生會安排 X 光檢查，然後由 X 光片上判讀並測量脊椎側彎的角度，依照所量出的角度(Cobb angle)我們可以知道側彎的程度，醫生可依此角度來決定病患應該接受的治療。一般而言，小於 25 度只需要定期追蹤觀察；25 至 40 度則需要穿背架；大於 40 度者，為了避免長大後側彎程度更嚴重，醫師大多會建議作手術治療。