



親愛的媽媽您好：

恭喜您迎來寶貝的誕生，發展性髖關節發育不良(Developmental Dysplasia of the Hip, DDH)為嬰兒最常見髖部疾病，每 1000 個寶寶約有 1.5 個個案。長期下來容易造成長短腳、活動度不對稱、跛行。越晚診斷，治療越困難且成效較差，因此早期發現早期治療顯得非常重要。

一、那些寶寶發生發展性髖關節發育不良的風險較高？

女寶寶、媽媽懷孕時為有羊水過少病史、臀位生產、多胞胎、巨嬰(>4 公斤)、家族中有髖關節病史、第一胎、寶寶有斜頸或足踝內翻或膝反曲，建議您可與醫師討論是否選擇自費髖關節超音波篩檢。

二、如何評估寶寶有沒有發展性髖關節發育不良？

您若發現寶寶有以下任一項髖關節發育不良警訊，建議盡早就醫評估

- (1)換尿布時寶寶大腿不容易被往外展(圖一)。
- (2)寶寶髖關節有聲音(圖二)。
- (3)寶寶大腿的皮膚皺摺左右不對稱(圖三)。
- (4)寶寶兩隻腳彎曲併攏時膝蓋高度一高一低(圖四)。

換尿布時大腿
不容易被外展



圖一

髖關節有聲音



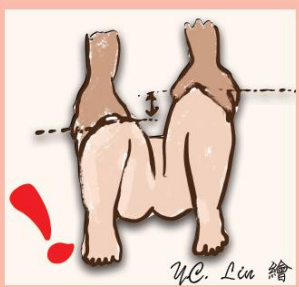
圖二

大腿皮膚皺摺
左右不對稱



圖三

兩腿彎曲併攏
膝蓋一高一低



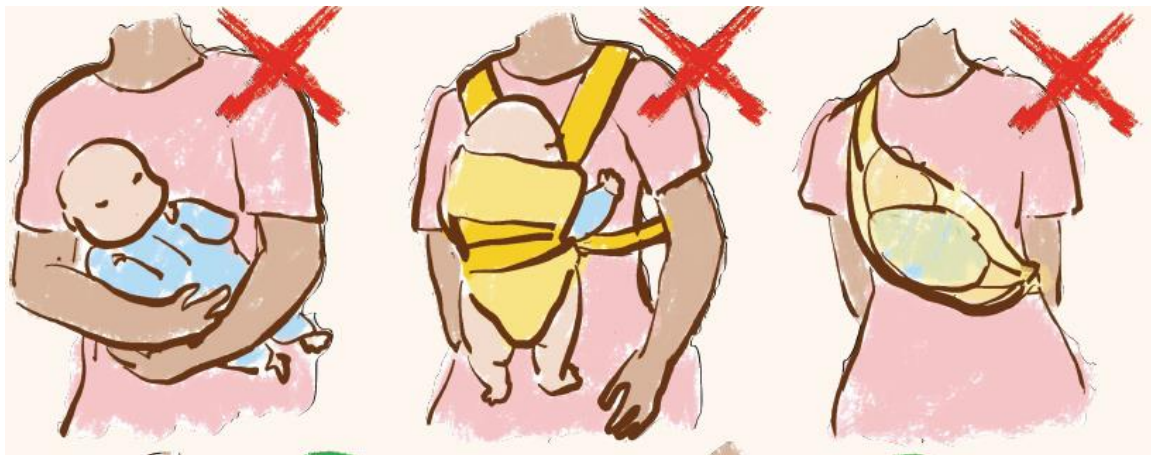
圖四

三、如何預防小兒發展性髖關節發育不良的發生？

- (一)正確使用包巾：六個月內嬰兒適度的保持髖部外展和外旋可對髖部是有益的。嬰兒時期，雙腳及雙側髖部包覆過緊會增加髖關節發育不全發生，所以嬰兒使用包巾在包覆時，避免將束縛於過緊的包巾，適度的保持髖部外展和外旋，或讓嬰兒下半身(髖部以下)有足夠空間，使腳可以彎曲，使大腿可以張開自由活動，避免髖關節活動受到限制。
- (二)正確使用揹巾：需注意背帶需支托大腿和臀部，兩條大腿展開形成 60~120 度的角度，下肢呈現「M 型腿」，使髖關節處在正確的位置(圖五、六)。



圖五 嬰兒大腿彎曲呈外展的姿勢，在肌肉出力時會將股骨推進髖臼內，促進關節發育



圖六 嬰兒大腿被侷限在伸直或靠攏的姿勢，會妨礙髖關節發育導致脫臼

若有問題請隨時提出，護理人員非常樂意為您服務。出院後如有任何疑問，可利用「健康諮詢專線」：台北/淡水馬偕/兒醫(02)25713760、新竹馬偕(03)5745098、台東馬偕(089)310150 轉 311。諮詢時間：週一至週五上午 9:00-12:00，下午 2:00-5:00

祝您 平安健康