



小兒發展性髖關節發育不良居家護理指導

2023.09 制定

親愛的媽媽您好：

發展性髖關節發育不良(Depvelopmental Dysplasia of the Hip, DDH)為嬰幼兒最常見髖部疾病，每 1000 個寶寶約有 1.5 位個案。發生原因尚不清楚，可能出生時髖關節髖臼淺且韌帶鬆弛以利通過產道，出生時因幼兒仍存留母體雌激素，韌帶關節可能會鬆弛，通常會恢復，否則將發生髖關節發育不良，長期容易造成長短腳、活動度不對稱、跛行。越晚診斷，治療愈困難且成效愈差，因此「早期發現，早期治療」顯得非常重要。

一、出生至六個月嬰幼兒發展性髖關節發育不良治療及注意事項：

(一)對髖關節發育唯一有害的姿勢是雙腿併攏並伸直。

(二)對髖關節發育不良的嬰兒和幼兒來說通常也不會感到疼痛。

(三)有脫臼或嚴重發育不全嬰幼兒，在出生後開始穿戴特製吊帶(Pavlik harness)復位及治療；治療需要使用二個月到半年時間，請定期小兒骨科門診追蹤，醫師會依嬰兒生長速度，適時調整吊帶長短，以維持髖關節彎曲及外展，將需要手術的機率降至最低，使嬰幼兒得到良好之治療效果。

(五)髖關節帕立克式吊帶(Pavlik harness)居家照顧注意事項：

1.持續穿戴:膝蓋和大腿分開，像寬V字形姿勢，將臀部保持在特定位置。除非洗澡或醫生指示，在治療早期階段，即使背帶被弄髒，也不任意將取下，尤其是(#3、4、7、8)請勿自行解開帶子，這是重要的髖部屈肌和髖部外展帶。

2.檢查皮膚:每天檢查膝蓋摺痕、腹股溝摺痕和頸部皮膚有無摩擦。

3.觀察活動:觀察下肢活動合宜性，避免髖關節過度屈曲和外展。

4.嬰幼兒衣服的選擇：

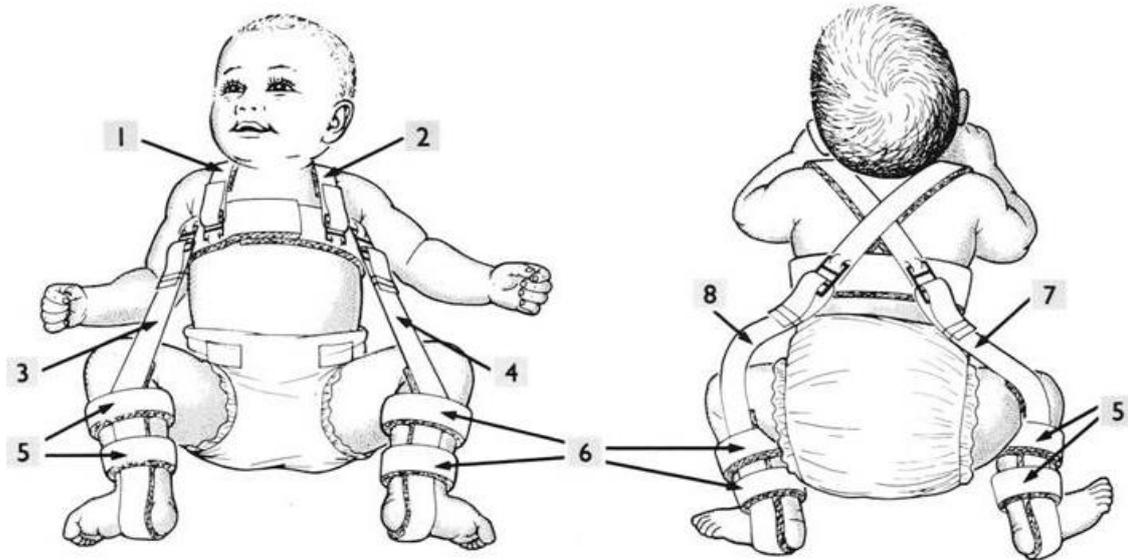
(1)安全帶下選擇穿柔軟、薄的衣服(最好是有領子襯衫或背心)。

(2)安全帶下選擇有按扣或容易穿脫的連體衣，方便更換尿布的。

(3)肩帶可能會摩擦頸部，可添加軟墊來覆蓋帶子，防止摩擦。

(4)選擇及膝或到小腿的棉襪，防止摩擦。

5. 若無必要，請勿自主更換衣服幼兒衣服，以免背帶之位置偏移。 若因任何原因需要更換衣物，一次僅取下安全帶的一部分，盡可能將臀部保持在正確位置，必要時請其他人和你一起更換衣服。定期於門診追蹤及調整背帶角度。



摘自 <https://hipdysplasia.org/pavlik-harness-professional-resources/pavlik-harness-tips-for-parents/>

6. 鼓勵仰臥睡覺，保護臀部並降低嬰兒猝死綜合症風險。

7. 保持腿部有足夠空間，嬰幼兒下肢呈現「M型腿」，使髖關節處在正確位置。

8. 若需要使用安全座椅時，請選擇坐位比較寬的兒童安全座椅，維持大腿外展。

二、出生六個月後至一歲半嬰幼兒發展性髖關節發育不良治療及注意事項：

(一) 若此階段診斷出來的病童，部分醫師可能嘗試吊帶治療，若髖關節仍脫臼無法復位，會考慮在麻醉下將髖關節復位並以髖部人字形石膏固定，請持續追蹤及替換石膏直到髖關節穩定；若仍無法改善，醫師可能進一步與您討論其他治療的必要性及風險。

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，可利用馬偕醫院健康諮詢專線：台北/淡水馬偕(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